普通高等教育"十一五"国家级规划教材



人格心理学

PSYCHOLOGY OF PERSONALITY

郑 雪◇主编

积极心理学、消极心理学

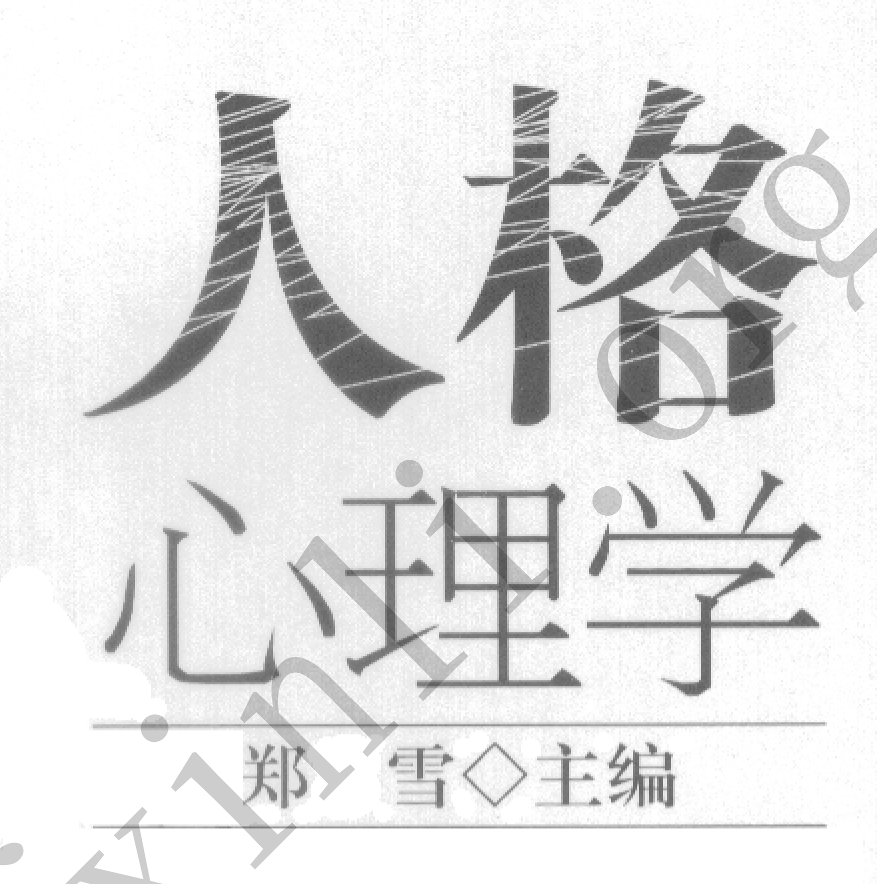
人格心理学的特质论、行为论

先天遗传和外部环境对人格心理形成的影响

暨南大学出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS



普通高等教育"十一五"国家级规划教材



人格心理学

郑 雪◇主编

积极心理学、消极心理学

人格心理学的特质论、行为论

先天遗传和外部环境对人格心理形成的影响

暨南大學出版社
JINAN UNIVERSITY PRESS

图书在版编目（CIP）数据

人格心理学/郑雪主编．—广州：暨南大学出版社，2007.9（2008.6重印）
ISBN 978-7-81079-872-3

Ⅰ．人…　Ⅱ．郑…　Ⅲ．人格心理学　Ⅳ．B848.9

中国版本图书馆CIP数据核字（2007）第081316号

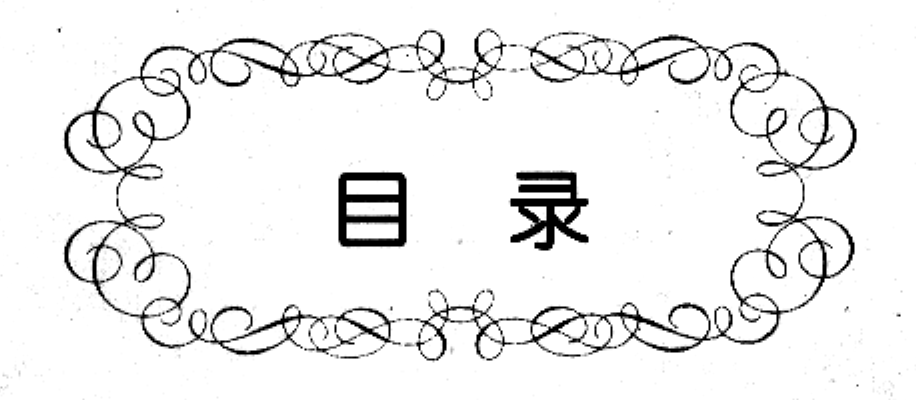
出版发行：暨南大学出版社

地　址：中国广州暨南大学
电　话：总编室（8620）85221601
　　　　营销部（8620）85225284　85228291　85220693（邮购）
传　真：（8620）85221583（办公室）　85223774（营销部）
邮　编：510630
网　址：http：//www.jnupress.com　http：//press.jnu.edu.cn

排　版：暨南大学出版社照排中心
印　刷：佛山市浩文彩色印刷有限公司

开　本：787mm×1092mm　1/16
印　张：21.625
字　数：516千
版　次：2007年9月第1版
印　次：2008年6月第2次
印　数：6001—12000册

定　价：43.00元


目 录

第一章　人格心理学概论



- 人格的概念
- 人格心理学的任务
- 人格心理学的学科发展
- 人格的前科学理论与科学理论的关系
- 人格理论的评价标准
- 人格心理学的方法论原则
- 人格研究的主要途径

本章的中心问题是，什么是人格心理学。对于这一问题，需要从人格心理学的研究对象、任务、历史发展、基本理论与研究方法等多个方面来解读。

第一节　人格心理学的研究对象与任务

从人格心理学的研究对象来讲，我们可以说人格心理学是研究人格的一门心理学分支学科。但是，什么是人格，这个问题既简单又复杂。简单地说，人格是指人与人之间在心理与行为上的个体差异。例如，在现实生活中，我们看到，有的人聪明敏捷，有的人愚笨迟钝；有的人勇敢坚强，有的人胆小懦弱；有的人谦虚谨慎，有的人骄傲自大。这些都表明了人们的心理千差万别，真是“人心不同，各如其面”。要说复杂，不是一句话就能说清楚人格概念的。早在两千多年前就有了人格这个词，但是，至今学术界对这个概念的内涵还是众说纷纭，没有一个统一的定义。作为学术探讨，我们有必要展开有关人格概念上的争论。

一、人格的词源分析

人格（personality）这一词源于拉丁文“persona”，其意指面具、脸谱。据说在公元前一百多年前，古罗马的一名戏剧演员为了遮掩他那不幸的斜眼，于是开始采用面

具，然后就出现了这个词。由于面具与戏剧、演员和角色等关系密切，面具这个词的含义很快被扩充，被人们用来指其他一些东西。例如，在古罗马著名学者西塞罗的著作中，人格这一词就有许多不同的含义：

（1）一个人表现在别人眼中的印象或外表的自我。

（2）某人在生活中扮演的角色或真实的自我。

（3）与自己工作相适应的个人品质的总和。

（4）表示一个人的尊严和优越。①

第一个含义包含了面具这个词原来的意义，但有所扩充。它不仅指戏剧中演员所戴的面具，而且指生活中人们所戴的“面具”，即向社会他人所展示的自我形象，而不一定是自己的真实自我。现代著名分析心理学家荣格的人格理论体系中的一个重要概念即人格面具，就是用了这个含义。第二个含义表明了一个人在生活中所扮演的角色，指出了他的真实身份，而不是假面具。第三个含义指出了一个人内部的心理品质，这与现代心理学中对人格的通常定义很相近，对现代心理学中人格概念的演变起了重要的作用。第四个含义表明一个人的重要性、声望和优越的社会地位。这个含义很快被吸收到罗马的阶级社会制度中，进而引申出“要人”与平民百姓相区别，“自由的公民”与奴隶相区别，等等。

自从人格这个词出现以来，在两千多年的历史中，许多哲学家、宗教学家、法学家、社会学家与伦理学家等非心理学领域中的学者，都通过自己的理解、改变与扩充来促进人格概念内涵的演化与发展。为了加深对人格概念的理解，我们有必要弄清它的渊源和发展。

二、其他学科对人格概念的理解

在中世纪的西方社会中，基督教会居于统治地位。一些教会神职人员探讨了人格的内涵，他们用人格这一词来表示上帝三位一体的神性，相信神存在于圣父、圣子和圣灵三位之中，而每一位都享有相同的本质。教会神父们的这一扩充促进了人格这个词的统一性，强调了人格的内部多样性的统一，把人格概念与真实的本质联系起来，从而削弱了该概念原来的含义，即外表的、不真实的假面具。

哲学家波伊悉阿斯在承认人格的真实性之外，还加上了有理性这一属性。他指出，人格是真实的有理性的个人的本性。这个定义开创了哲学家探讨人格概念的先河，后来不少哲学家都对人格作出自己的定义。例如，克里斯欣·沃尔夫强调自我意识和记忆是人格的重要标准；而莱布尼兹把人格定义为“赋有理解的实体”②；洛克则更加强调自我意识的属性，他说：“人格是一个会思考的聪明的存在物，有推理和反省并能考虑自我本身。”③ 这些哲学家的定义大都把人的理性和自我意识作为人存在的核心和人格的

① 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．30

② 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．33～35

③ 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．33～35



根本属性。

与以上哲学家有所不同，一些伦理学家把人的崇高价值当做人格的核心。陆宰把人格看成是“完善的理想”，歌德把人格当做“最高的价值”，开创人格主义的康德则把人格定义为：“人格把我们本性的崇高性清楚地显示在我们的眼前”，“人格是每一个人的那种品质，这种品质使他有价值，不管别人怎样使用它”。[①] 在康德之后，人格主义者主张：①人格有崇高的价值；②人格应从形而上学上与各种物区别开来；③主观经验是人格最后的心理评价标准。

法学家从另一个方面发展了人格的内涵。在古代《查士丁尼法典》即《罗马民法法典》中规定，奴隶不是人，他们只是会说话的工具，因而他们不具有人格。按照这个法典，只有那些自由的罗马公民才是人，才具有人格，可以要求法律上规定的权利和保护。因此，所谓人格，即是指“享有法律地位的任何人”。在此之后，当代的法学家不仅保留人格这一法律学的含义，而且进一步引申为“一个活的人类生物，包括他的一切”；甚至不仅包括一个自然人的权利和义务，以及他的一切，而且是一群人或法人的权利与义务。[②]

社会学家总是从社会的角度而不仅仅是个人的角度去研究人格，他们认为人格是“人类团体的最终的颗粒”；“文化的主观方面”、社会传统、风俗文化在个人生活中的主观化就是人格。社会学家伯吉斯给人格下了一个较全面的定义：“人格是决定人在社会中角色和地位的一切特性的综合，所以人格可定义为社会的有效性。”[③]

以上各个领域中的学者对人格概念的探讨，丰富和发展了人格的内涵，展示了人格现象本身的复杂性，从而启发心理学家深入思考，从心理学的角度提出自己的见解。

三、人格的心理学定义

从西塞罗时代开始，就有人从心理学的角度谈到人格。但是，对人格概念广泛深入的心理学探讨还是始自近现代的西方学者，他们提出了人格的许多不同的心理学定义，归纳起来可以分成五种。

第一，罗列式的定义。从古罗马时期就开始有了这种定义，到了17世纪，更成为人格的习惯用法。这种定义通常采用诸如“人格是……的总和”的形式，有时采用“集合”、“组合”或“聚合”等词汇，其形式是一样的，都是列举出属于人格的东西。最著名的是普林斯所下的定义，他说：“人格是一切生物个体的先天倾向、冲动、趋向、欲求和本能，以及由经验而获得的倾向和趋向的总和。”[④]

这种定义有助于确定人格的外延，但是，还存在很大的问题。由于它只是把属于人格的东西罗列出来，因而分不清主与次、本质与非本质。同时，有可能产生过分扩大概

① 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．33～35
② 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．36～42
③ 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．36～42
④ 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．36～42

念外延的错误，把根本不属于人格的东西当成人格的外延。梅林格对人格的定义就是这样，他说："人格被用来描述几乎所有东西，从灵魂的属性到爽身粉的属性。照我们的用法，人格是指整个的人，他的身高和体重，爱和憎，血压和反射；他的微笑和希望，瘤腿和扁桃体肿大。人格是指一个人现在的一切和他对自己将来的一切希望。"①

第二，整合的或完形的定义。这种定义强调个人属性的组织性和整体性。例如，华伦和卡尔启尔把人格定义为："一个人在任何发展阶段的全部组织。"麦考迪则把人格定义为："多种模式（兴趣）的整合，这种整合使有机体的行为具有一种特殊的个人倾向。"后一个定义不仅强调了人格的组织性，而且突出了人格的独特性与区别性。与此类似的有盖舍尔所下的定义："渗透一切的超模式，这个超模式表现有机体的完整性和行为特征的个体性。"②

第三，层次性定义。这种定义是把人格的属性或特征按一定的层次结构排列起来，使人格特征层次分明，并具有内在的相互联系和统一性。属于这类的经典定义是美国著名心理学家詹姆斯提出来的，他把自我（实际上是指人格）分成四个层次：①物质的自我，包括一个人的身体、财产所有，以及家庭和亲友。②社会的自我，即在交往中人们对他的承认。③精神的自我，即自我的统一功能，它把不同层次的自我统一起来，尽可能排除人格各部分之间的不协调因素。④纯粹的自我，也即对自我进行反省的自我，它具有自我认识的功能。实际上第三层次与第四层次的自我没有多大区别，詹姆斯本人也是这样认为的。在此之后，麦独孤、海德与布朗德等不少心理学家对人格也采用层次式的定义。

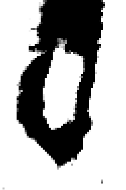
第四，适应性定义。这种定义来自深受达尔文生物进化论思想影响的生物学家与心理学家，他们倾向于把人格看成是生物进化过程中对环境适应的一种现象。例如，肯朴夫就把人格定义为："人对环境进行独特的适应过程中所具有的那些习惯系统的综合。"③

第五，区别性的定义。这种定义特别强调个人人格的独特性，人与人之间在人格上的差异性或区别性。苏恩曾下过这样的定义："人格是习惯、倾向和情操的有组织的系统，起作用的整体或同一体，而那些习惯、倾向和情操是区别一群人中任何一个成员不同于其他成员的特征。"与此类似，惠勒把人格定义为："区别一个人和另一个人的那些有组织的反应的特殊模式或平衡。"④

以上各种类型的定义都指出或强调了人格的某些方面或某些特征，但都不全面、完善。美国著名心理学家、人格心理学的创始人奥尔波特归纳总结了前人对人格概念的探讨，提出了自己对人格的较为全面的定义。他认为，人格简单地说就是"一个人真正是什么"，更具体地说："人格是在个体内在心理物理系统中的动力组织，它决定人对环境适应的独特性。"⑤ 奥氏的定义包括了上面所说的层次性、整合性、适应性和区别

---

① 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．42～45
② 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．42～45
③ 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．42～45
④ 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．42～45
⑤ 陈仲庚．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．42～45



性等定义的基本论点。因此，这一定义代表现代人格心理学中的人格习惯用法的综合。在奥尔波特之后，人格心理学虽然有了很大的进展，但人格概念的混乱状况始终没有改变，难以形成统一的、公认的人格定义。这预示着人格心理学要成为成熟的学科还需要走很长的一段路。

四、本书的人格定义

为了本书内容的选择与统一性，我们也为人格下了一个定义："人格是个体在先天生物遗传素质的基础上，通过与后天社会环境的相互作用而形成的相对稳定而独特的心理行为模式。"对于这一定义，我们作了如下的具体解释：

第一，人格是一个人的心理行为模式。这是说人格是由内在的心理特征与外部行为方式构成的，它不仅是一个个单一的心理特征或行为方式，而且是一个个心理特征和行为方式相互联系而形成的有着一定组织和层次结构的模式。简单地说，就是个体心理与行为的多侧面、多层次与多因素的统一体。

第二，这种心理行为模式是独特的。这是指每个人的人格都是独特的，这种独特性不仅仅表现在某些个别的心理或行为特征上，更主要的是表现在整个模式上，从而使得人与人之间相互区别开来。当然，我们并不否认人与人之间在某些心理或行为特征上有共同性。因此，从某种程度上讲，人格是人的个性与共性的统一体。

第三，这种心理行为模式是相对稳定的。这是指一个人的人格及其特征在时间上具有前后一贯性，空间上具有一定的普遍性。例如，某个人性情比较急躁，他昨天是这样，今天是这样，明天很可能也是这样。同样，这个人在学习上比较急躁，工作中也是这样，甚至在日常生活和人际交往中也会表现出急躁。这就是所谓人格在时间上的前后一贯性和空间上的普遍性。当然，我们并不排除这个人有时在某种场合偶尔也会表现得比较沉稳。这时我们会说："他的举止不像他本人。"人格的相对稳定性也并不意味着它一成不变，我们相信，在一个人的一生中，人格都具有可塑性和可变性。

第四，人格不是生下来就有的，而是在先天的生物遗传素质的基础上，通过与后天环境相互作用而形成的。人格具有生物性，同时也具有社会性，是生物性与社会性的统一。因为生物遗传素质是人格形成、发展的重要基础，但它不是人格的唯一决定因素。离开了后天的社会环境教育，遗传素质不可能自发地演化为人格。同样，后天社会环境与教育对一个人的人格形成也起着十分重要的作用，但离开了遗传素质的基础，它的作用就无法表现出来。当然，一个人从受精卵开始，遗传素质与环境作用就不可分割地联系在一起，它们共同对人格的形成、发展发挥作用；并且，它们的作用不是简单的相加，而是复杂的相互作用。一方面，环境教育使遗传素质的作用得以发挥和表现；另一方面，一个人的遗传素质也制约着环境教育的作用。它们相互制约、相互作用，共同影响着人格的形成与发展。



五、人格心理学的任务

基于对人格心理学研究对象的理解，我们可以把人格心理学简单定义为研究人格的一门心理学分支学科。这门学科要完成两大任务：一是理论任务，二是实践任务。

在理论方面，人格心理学不仅要探讨本学科的一般性理论问题，诸如，人格心理学的研究对象、任务与体系；人格心理学的历史与发展；人格心理学的理论及理论评价；人格心理学的一般方法论与主要研究途径等问题，而且要建立人格理论来回答有关人格的基本理论问题，这包括：人的本性是什么，是善良的还是邪恶的；人格的结构是什么，具体来说就是，一个人的人格构成要素有哪些，这些构成要素是以什么方式组合起来的；基本的人格特征有哪些，如何描述与测量这些人格特征；人格发展的动力是什么；人格是先天的还是后天发展起来的；发展的条件和基础是什么；遗传、环境与自我在人格发展中究竟起什么作用；人格的发展是连续性的还是阶段性的；人格发展要经历哪些普遍性的阶段，这些阶段有什么重要特征。

一个人格心理学家若能系统和连贯地回答以上关于人格的基本理论问题，就可以建立起自己的人格理论体系。目前，心理学家们已经建立了众多的人格心理学理论体系，但从其理论渊源和基本观点上，我们可以发现有八个主要的人格心理学理论体系，这就是古典精神分析、新精神分析、特质论、行为学习论、交互作用论、生物学论、人本主义和认知论。我们将在本书的后面各章中逐一介绍这些人格心理学理论体系。

在应用部分，人格心理学家要运用有关的人格理论与研究方法于某个实践领域，解决该领域中的具体实践问题。例如，在学校教育实践中，对学生的智能、气质与性格等心理特点进行测量评估，以便因材施教；在健康实践方面，对某些人的心理问题、人格障碍进行咨询和矫正；在人事管理方面，采用人格心理学的理论与方法评价人才、选拔人才与使用人才。总之，人格心理学的理论知识，以及人格测量、咨询与治疗的技术可以被广泛应用，为各种社会实践服务。

第二节　人格心理学的历史与发展

德国著名心理学家艾宾浩斯曾对心理学的发展历史说过一句名言：“心理学有一长期的过去，但仅有一短期的历史。”① 这句话同样也适合人格心理学的情况。1937 年，著名美国心理学家奥尔波特发表其名著《人格：心理学的解释》，标志着人格心理学的诞生。从那个时候算起，人格心理学的发展历史距今已有 70 年。但是，在人格心理学诞生之前的数千年中，中国与西方都有不少思想家思考过人格的问题，他们提出了不少有关人格的理论观点。因此，我们也可以说人格心理学有一个长期的过去。了解过去有

① 参见波林．实验心理学史．北京：商务印书馆，1982．2

助于理解现在。接下来我们将对中国与西方历史上有关人格的重要思想作一个简要的介绍，然后再讨论人格心理学的形成过程。

一、中国古代人格心理学思想

中国并不是现代人格心理学的故乡，但中国的思想家历来重视人性与伦理问题的探讨，因而在其理论中闪烁着人格心理学思想的光芒，至今仍有一定的启发意义。中国古代有关人格的思想主要包含以下几个方面。

1. 人性论

人性论即关于人的本性是什么的理论。人性是善的，是恶的，还是中性的？这一问题看起来简单，其实相当复杂。从古到今，这一问题一直争论不休，始终没有一个定论。人性论不仅复杂，而且非常重要，许多重要的心理学理论包括人格理论、心理发展理论与学习理论等，都是建立在人性论的基础之上的。历史上各家各派的思想家都在人的本性问题上发表自己的见解，从而产生了多种人性论。孟子在讨论人性问题时，就列举出了四种不同的人性论，加上荀子的性恶论，扬雄的善恶混论，就有六种人性论（见表 1－1）。[1]

表 1－1　中国古代人性论派别

人性论派别	代表人物	基本思想
1. 性无善无不善论	告子	本性没有什么善良，也没有什么不善良
2. 性可以为善可以为不善论	世硕、宓子贱、漆雕开等人	本性可以使它善良，也可以使它不善良
3. 有性善有性不善论		有些人本性善良，有些人本性不善良
4. 性善论	孟子、董仲舒	本性天生有一定的善端，可以发展为善性
5. 性恶论	荀子	本性天生就是恶的
6. 善恶混论	扬雄	人性中既有善性，又有恶性，是善与恶两者的混合

表中的第二种人性论与告子的主张相近，都倾向于把人性看成是中性的。人的本性无所谓善恶，善与恶是后天形成的。告子还提出“食色性也”的论断，把人性与动物本性混同起来。第三种人性论认为人的本性不是相同的，有的人本性善良，有的人本性

① 燕国材．中国心理学史．杭州：浙江教育出版社，1998．134

邪恶。孟子主张性善论，认为人生来就有“恻隐”、“羞恶”、“辞让”和“是非”所谓的“四端”。这四种处于萌芽状态的四善端经后天可发展为仁、义、礼、智四种社会道德。但有的人也可能因不良环境的影响而“为不善”。荀子的观点与孟子的针锋相对，他说：“人之性恶，其善伪也。”(《荀子·性恶》）人的本性恶，之所以有人为善，是后天教化即“伪”的结果。扬雄主张善恶混论，认为人性中既有善的一面，又有恶的一面，人性是由这两面混合而成的。

2. 性习论

性习论是我国古代心理学思想中关于人性问题的一种占主导地位的观点。性习论探讨人的生性（即自然本性或先天因素）与习性（即社会本性或后天因素）关系的理论。这一理论对于我们探讨人格的起源与发展问题有重要的参考价值。

性习论源于商代早期，相传当时的政治家伊尹告诫初即位的太甲说：“兹乃不义，习与性成。”(《太甲上》)其意指一种习惯形成的同时，一种性也就形成了。后来孔子提出了“性相近，习相远”（《论语·阳货》)的著名论断，认为人的本性没有多大的区别，由于后天学习经验的作用，人与人之间有了很大的差异。孔子的话虽然只有短短的六个字，但含义深刻，对后世的影响极其深远。可以说我国两千多年来关于人性问题的争论都是对“习与性成”和孔子论断见仁见智的结果。在孔子之后，儒家学者荀子提出了著名的“性伪合”的观点，他主张人格是先天因素和后天因素混合而成的。荀子说：“性者，本始材朴也；伪者，文理隆盛也。无性则伪之无所加，无伪则性不能自美。性伪合，然后成圣人之名，天下之功于是就也。”(《荀子·礼论》)由此看来，所谓性伪合，就是在人的先天自然素质的基础上，通过人的后天社会环境的教育，把人本性中的恶改造为善，也就是人的先天因素与后天因素的“合金”。汉代董仲舒指出：“如其生之自然之质谓之性。性者，质也。”(《春秋繁露·深察名号》)他认为性是人与生俱来的自然本质。与荀子的看法不同，这种自然本质不是恶的，而是善的。董仲舒进一步提出性未善论，他说：“性有善质，而未能为善。”(《春秋繁露·实性》)认为人有善良的自然本性或自然本质，在此善的先天素质的基础上，通过后天的“王教之化”去发展真正善的社会本性。

荀子与孟子及董仲舒的观点虽然有所不同，但他们都强调后天道德教化对人性完善的重要意义。而老庄的性习论观点非但不重视后天的道德教化，反而视之为万恶之源。老子提出复归于朴的思想，认为人性是“朴”，是从“道”那里获得的自然本性。这种自然本性是天纯未散、元气充足的，是最完美的。为此，老子常常用婴儿、赤子作比喻。既然人先天本性朴，是最完美的，后天的教化就是多此一举，甚至会变得性亏德损。因此，老子说：“绝圣弃智，民利百倍；绝仁弃义，民复孝慈；绝巧弃利，盗贼无有。”(《老子·十九章》)只有这样，人们才能“常德乃足，复归于朴”（《老子·二十八章》)。在老子思想的影响下，庄子提出了反真去伪的性习心理思想。庄子说：“性者，生之质也。性之动，谓之为；为之伪，谓之失。”(《庄子·庚桑楚》)人自然生就的本质就是性，人的本性的自动就是人的本能行为，对本能行为的改造是对本性的破坏，是失。本性是求生存和温饱，劳动、无机心和无私欲，没有仁义礼智等精神枷锁的束缚。庄子的观点把人性等同于动物式的自然性是错误的，但他有力地批判了孔孟的仁义



说、君主专制，反对“人为物役”或“异化”。

3. 人格的分类

中国最早的一本医学著作《黄帝内经》中就出现了关于气质分类的理论。这本古代医学书按阴阳学说把人分为五种类型，即太阴、少阴、太阳、少阳、阴阳和平（见表1－2）。①

表1－2 《黄帝内经》五种气质类型

气质类型	阴阳匹配	人格特点
太阴	多阴无阳	贪婪冷酷，好内恶出，心和不发，不务于时，动而后之
少阴	多阴少阳	小贪贼心，见人有亡，常若有得，见人有荣，乃反恼怒
太阳	多阳无阴	居处于于，好言大事，无能虚说，志发四野，败而无悔
少阳	多阳少阴	自命不凡，好为外交，内而不附，立则好仰，行则好摇
阴阳和平	阴阳平衡	举止稳重，临危不惧，遇喜不狂，婉然从物，与时变化

我国最早的历史文献之一《尚书》中就有关于人格类型的描述。该书提出了所谓九德，即“宽而栗，柔而立，愿而恭，乱而敬，扰而毅，直而温，简而廉，刚而塞，强而义”（《尚书·皋陶谟》）。这里实际上把人格分成了九种类型：①人是宽宏大量而又能严肃敬谨；②人是性格温柔而又能坚持己见；③人是行为谦虚而又能庄重自尊；④人是具有才干而又能谨慎认真；⑤人是柔顺虚心而又能刚毅果断；⑥人是正直不阿而又能态度温和；⑦人是大处着眼而又能小处着手；⑧人是性格刚正而又不鲁莽从事；⑨人是坚强勇敢而又能诚实善良。这一分类对后世中国人格心理学思想的发展有很大的影响，如三国时候的刘邵关于人格的分类方法就受到“九德”的启示。

中国古代伟大的教育家孔子根据自己的教育实践经验，提出了人格分类的方法。他不仅从人的智力上把人分为上智、中人和下愚三类，而且从性格上把人分为狂者、中行和狷者三种。他说：“不得中行而与之，必也狂狷乎？狂者进取，狷者有所不为也。”（《论语·子路》）这是说，如果找不到中行者做朋友，那只有交上狂者或狷者。狂者富于进取心，敢作敢当；而狷者拘谨退缩，什么事都不想干。在孔子看来，狂者与狷者都比较极端，都不如中行者好，中行者不过分进取，也不过分拘谨。

三国时期的刘邵适应当时政治实践的需要，深入探讨了人才的心理特点，不仅根据人的智能进行了分类，而且根据人的性格（人格）进行了分类。在其名著《人物志》中，他把人的性格分为十二种类型（见表1－3）。②

① 燕国材．中国心理学史．杭州：浙江教育出版社，1998．24
② 燕国材．中国心理学史．杭州：浙江教育出版社，1998．259



表1-3 刘邵关于性格的分类

性格类型	性格的基本特征	性格的优缺点
强毅之人	狠刚不和	厉直刚毅，材在矫正，失在激讦
柔顺之人	缓心宽断	柔顺安恕，每在宽容，失在少决
雄悍之人	气奋勇决	雄悍杰健，任在胆烈，失在多忌
惧慎之人	畏犯多忌	精良畏慎，善在恭谨，失在多疑
凌楷之人	秉意劲特	强楷坚劲，用在桢干，失在专固
辩博之人	论理赡给	论辩理绎，能在释结，失在流宕
宏普之人	意爱周洽	普博周给，弘在覆裕，失在溷浊
狷介之人	砭清激浊	清介廉洁，节在俭固，失在拘扃
休动之人	志慕超越	休动磊落，业在攀跻，失在疏越
沉静之人	道思回复	沉静机密，精在玄微，失在迟缓
朴露之人	申疑实碯	朴露径尽，质在中诚，失在不微
韬谲之人	原度取容	多智韬情，权在谲略，失在依违

4. 理想人格

从《周易》开始，中国古代一些思想家包括孔孟、老庄等儒家与道家的代表人物都在构想自己的理想人格，即人生所追求的理想目标或最高人生境界。

中国心理学史学家燕国材先生将《周易》中对理想人格的描述进行了概括，得到18项心理特征：[①]

(1) 天人合一的主客观念。

(2) 奋发有为的积极态度。

(3) 自强不息的进取精神。

(4) 仁义礼智的完整道德。

(5) 谦虚逊让的美好德行。

(6) 诚信不欺的正直精神。

(7) 不怕困难的坚强意志。

(8) 自我节制的调控能力。

(9) 持之以恒的坚持精神。

(10) 与人和乐的积极情感。

(11) 与人和同的待人态度。

(12) 光明磊落的宽广胸怀。

(13) 认真负责的工作态度。

(14) 刚柔并济的处事方法。

(15) 胜不骄、败不馁的正确态度。

① 燕国材．中国心理学史．杭州：浙江教育出版社，1998．30～31



（16）趋时守中的处世原则。

（17）革新创造的变革精神。

（18）特立独行的完善人格。

在两千多年前，中国古代的思想家就能提出如此全面的理想人格特征，实在难能可贵。在西方社会，直到20世纪中叶，美国心理学家马斯洛才提出自我实现者的15种优良人格特征。孔孟等儒家代表人物继承《周易》的观点，采用把古人理想化的方法，利用人们贵远贱近的心理，赋予尧、舜、禹、汤、文、武、周公等古人许多功绩、才能和人品，诸如仁人、克己、公正、谦恭好学、治国平天下等，指称他们为所有社会成员的楷模，从而成为大家认同的理想人格，达到托古立言、传播自己思想的目的。

先秦老庄学派的理想人格与孔孟儒家的理想人格相去甚远。他们虽然也讲圣人的品格，但是与儒家大相径庭。儒家讲积极进取，而道家主张清静无为。在老子的理想人格中，无为是首要内容。他说："圣人处无为之事，行不言之教。"（《老子·上篇》）又说："为者败之，执者失之。是以圣人无为故无败，无执故无失。"（《老子·下篇》）老子还说："是以圣人之治，虚其心，实其腹；弱其志，强其骨。常使民无知无欲，使夫智者不敢为也。为无为，则无不至。"（《老子·上篇》）这是说，圣人以"无为"为事，无为并不等于什么事都不做，无为是指一切顺其自然，遵循自然规律，不强求，无为则无败；去掉智慧与欲望，过自然的生活，天下将大治。

要达到无为的境界，首先要守弱。他说："反者道之动，弱者道之用。""人之生也柔弱，其死也坚强。草木之生也柔弱，其死也枯槁。故坚强者死之徒，柔弱者生之徒。"（《老子·下篇》）柔弱与生相连，坚强与死相类。坚强会带来害处，柔弱则有益无害。柔弱还能胜于刚强，老子常常以水和婴儿为柔弱的典范。他说："天下莫柔弱于水，而攻坚强者莫之能也，其无以易之地。弱之胜强，柔之胜刚，天下莫不知，莫不行。"（《老子·下篇》）他还说："专其致柔，能婴儿乎？""知其雄，守其雌，为天下溪。为天下溪，常德不离，复归于婴儿。"（《老子·上篇》）柔弱到极点，就与婴儿和水相似，也就越合于道，越接近无为。

老子不仅讲柔弱，而且讲不积累，不争取："圣人不积。既以为人己愈有，既以与人己愈多。天之道，利而不害，圣人之道，为而不争。"（《老子·下篇》）越是积累，越会不足；越是为别人，就越是为自己。老子还概括了无为的行动规范，他称为"三宝"，即"我有三宝，持而宝之。一曰慈，二曰俭，三曰不敢为天下先。慈故能勇；俭故能广；不敢为天下先，故能成器长。今舍慈且勇，舍俭且广，舍后且先，死矣！夫慈，以战则胜，以守则固。天将救之，以慈卫之"（《老子·上篇》）。

庄子继承老子的柔弱无为的处世哲学和做人标准，并加以发展，提出了理想人格的下列标准：

（1）无情，即不动感情，保持心境平和，不为喜怒哀乐等情绪困扰。无情不是说人无感情，而是说要听其自然，不以好恶伤身，也不人为地增益生命。不仅要对是非不动感情，而且对生死也不动感情。他说："且夫得者，时也；失者，顺也；安时而处顺，哀乐不能人也。此古之所谓悬解也。"（《庄子·大宗师》）

（2）无己。庄子在其名篇《逍遥游》中提出了这个标准。所谓"逍遥游"，是对

老子无为说的一种形象的表述。整篇文章的宗旨是：理想的人格应该是“逍遥游”的境界。庄子在文中将理想人格概括为“至人无己，神人无功，圣人无名”。无己即不考虑自己，无功是说不追求功绩，无名是说不追求名誉。三种人中，以无己的境界最高，因为做到了无己，才能视功名为粪土，才能做到“逍遥游”。

（3）无所待。庄子说：“若夫乘天地之正，而御六气之辩而游无穷者，彼且恶乎待哉!”（《庄子·逍遥游》）恶乎待即何所待，也即无所待的意思。这是说，至人并不凭借别的东西，而是凭借天地之正气，在宇宙中遨游而无穷尽，所以无所待，不求名利，也不追求德行与才智，完全从人世生活中解脱出来。

（4）无用。达到逍遥游的一条途径是无用，就是要把自己当成一块废料，没有任何用处，才可以过自由自在的生活。庄子在《大宗师》中说过：“人知有用之用，而莫知无用之用也。”无用反而有大用，这就是保存自己、享受逍遥游的生活。

（5）不以人助天，即不要从事人为的努力，不从事任何人为的变革。庄子说：“古之真人，不知说生，不知恶死；其出不䜣，其入不距；翛然而往，翛然而来而已矣。不忘其所始，不求其所终；受而喜之，忘而复之，是之谓不以心捐道，不以人助天。是之为真人。”（《庄子·大宗师》）这里说理想人格对生死的态度，既不好生，亦不恶死，生而欣然，死而不拒，生死都不追求，一切顺其自然，不用心背道，不以人助天，只是顺从自然而变化，不加任何改造，这就是真人。

从以上理想人格的标准可看出，庄子基本排除了人的主观努力，赞赏顺其自然的生活，开辟了一条通向人生最高境界的消极无为、出尘遁世之路。这条道路与儒家提倡的积极有为、治国平天下的理想境界截然相反。然而道家与儒家的理想人格一阴一阳，相反相成，构成了数千年来中国文人人格内在的矛盾统一。

5. 人格的形成与完善

作为伟大教育家、思想家的孔子，不仅认识到人与人之间人格上的差异，而且探讨了影响人格形成的因素或条件以及完善人格的方法与途径。他已经认识到影响人格形成与发展的四种因素。

（1）先天因素。在孔子的著名命题“性相近，习相远”中，已经表明他认识到了先天因素是影响人格形成的第一个因素，同时也考虑到了后天环境教育的作用。

（2）环境因素。孔子十分重视环境熏陶对人格形成与完善的作用，因此，他提倡“择邻处仁”、“见贤思齐”、“择善而从”等培养良好人格的方法。对于环境因素的重要作用，孔子说了一段形象而精辟的话：“与善人居，如入芝兰之室，久而不闻其香，则与之化矣；与恶人居，如入鲍鱼之肆，久而不闻其臭，亦与之化矣。故曰：‘丹之所藏者赤，乌之所藏者黑。’君子慎所藏。”（《说苑·杂言》）

（3）学习与教育因素。作为教育家，孔子非常重视学习与教育对人格形成与完善的作用，他主张“学而知之”、“学而不厌”、“敏以求之”等，认为“不好学”，就不能真正形成仁、知、直、勇、刚等各种优良品德，反而会养成愚、荡（放荡）、贼（祸害）、绞（说话尖刻）、乱（捣乱）、狂（狂妄）等不良品德。

（4）主观努力因素。依据孔子的教育思想与实践，影响人格发展的第四个因素是主观努力。因此，他说过：“为仁由己，而由人乎哉？”（《论语·颜渊》）又说：“仁远

乎哉？我欲仁，斯仁至矣！”（《论语·述而》）这两段话明确指出，一个人的好与坏，其关键在于他自己，取决他是否发挥主观能动性，努力塑造自己。

早在两千多年前孔子就如此全面地提出了影响人格形成与发展的四种因素，这不能不说明我国传统思想文化的博大精深。

在孔子之后，孟子进一步阐发了孔子的观点。他认为人生来就具有“恻隐、羞恶、辞让、是非”四种善端，这四种善端扩而充之，就会发展成为“仁、义、礼、智”四种品德。这种学说指出了人性与人格发展有先天遗传的基础。同时，他还提出了“悟善端”、“寡欲清心”、“养浩然之气”，以及“学圣人”等人格完善的方法。

战国末期，儒家的代表人物荀子从性恶论出发，提出了“化性起伪”的方法，以改变矫正人恶的本性，发展善性。如何化性起伪呢？

第一，安排环境并创造变恶为善的客观条件。他要求人们“居必择乡，游必就士”，因为环境对人性发展有很大影响。对环境的影响，他形象地比喻说：“蓬生麻中，不扶而直；白沙在涅，与之俱黑。”（《荀子·劝学》）

第二，节制欲望与引导欲望。荀子认为人的自然欲望不能人为而根除，也不能完全满足，如其所谓：“虽为天子，欲不可尽。”（《荀子·正名》）因此，满足欲望并没有错，只是不要过分。荀子认为期望人们去欲或寡欲是不可能的，但可以教育人们通过理智来调节和控制情欲，将其引入某种有益的努力中去。

第三，加强教育并提供变恶为善的有利因素。荀子认为，通过教育可以使人“博学、积善而化性”。（《荀子·富国》）

第四，加强主观努力并提高变恶为善的自觉要求。荀子要求人们做“积”的工夫，通过不断的道德实践，日积月累，最终可以“积善全尽”而成圣人。

在先秦时期，除了儒家学派之外，墨家也论及人格发展的问题。墨家创始人墨子就提出过“素丝说”，指出人性如素丝，后天环境可以使之“染于苍则苍，染于黄则黄，所入者变，其色亦变”（《墨子·所染》）。墨家不仅重视环境的作用，同时肯定教育与学习对人性发展的影响。

6. 人格心理的评估与考察

我国古代是一个人治的国家，因而特别重视人才的鉴别与选用，在古代就逐渐形成了“知人善任”的传统。关于带有心理测验方法性质的记载，最早亦见于《尚书·尧典》。该文献中讲到唐尧对舜经过数年的考察，认为舜无论在家或为官，均表现出了一系列的优良品质，于是才放心把帝位让给他。唐尧的考察采取了五条：一是把两个女儿嫁给舜，以考察其相关的心理品质；二是让舜制定五种常法，结果人民都能顺从；三是让舜总理百官，百官都乐于听从指挥；四是让舜接待宾客，宾客都很敬慕；五是派舜巡查山林，虽遭受烈风雷雨也未迷误。我国现代心理学家张耀翔在其著名论文《中国心理学的发展史略》（1940）中对此评价很高，他说：“这分明是一个迷津测验——一个以人做被试之大规模迷津测验。它是一切测验的嚆矢。”

三国时期著名学者刘邵不仅对人才的才智和性格进行了系统的分类，而且专门探讨了才性鉴定的种种问题，包括才性鉴定的意义、可能性、困难与方法等。刘邵认为才性的鉴定对于人才的选拔和使用意义重大，才性的鉴定虽有很多困难，但是只要遵循正确

的鉴定原则，采取适当的鉴定方法，才性的鉴定是完全可能的。刘邵提出了才性鉴定的客观性、全面性、统一性和发展性四大原则，并提出了“八观”“五视”等才性鉴定的方法。

在《八观》这篇论文中，刘邵系统地论述了鉴定才性的八种观察方法。

其一，观其夺救，以明间杂，即观察一个人在夺（“恶情夺正”）和救（“善情救恶”）时的行为表现，以了解其性格的“间杂”情况与本质。

其二，观其感变，以审常度，即观察一个人在变动状态下的反应，以了解他在稳定状态下的性格。

其三，观其至质，以知其名，即观察一个人得到了充分发展的资质的情况，以了解他具有某种名声的才能与性格。

其四，观其所由，以辨依似，即观察一个人行为的来龙去脉，以辨别那些似是而非、似非而是的特点。

其五，观其爱敬，以知通塞，即观察一个人爱与敬两种情感的表现，以判断他的种种人际关系。

其六，观其情机，以辨恕惑，即观察一个人情欲变化的种种迹象，以辨别他高尚或卑鄙的志向。

其七，观其所短，知其所长，即观察一个人在某方面的短处与缺点，以知道他在另一方面的长处与优点。

其八，观其聪明，以知所达，即观察一个人的智力情况，以了解他通达的程度。

从以上所述可见，八观法主要是根据一个人的某种心理品质或行为表现，以了解其才性特点。与八观法不同，刘邵的所谓“五视”法，实际上是观察一个人在某种条件下的行为表现，以判断其才性特点。刘邵说：“居，视其所安；达，视其所举；富，视其所与；穷，视其所为；贫，视其所取。”（《人物志·效难》）这段话的意思是说，当一个人生活安定时，就观察他满足于什么；当一个人得志有为时，就观察他举荐什么人；当一个人生活富裕时，就观察他同什么人交往；当一个人不得志时，就观察他有怎样的表现；当一个人生活贫困时，就观察他怎样对待财物。在刘邵看来，人的才性的鉴定，不能仅仅凭一时的感觉印象，而是要通过较长时间的种种考察与验证，才能真正确定一个人是不是贤才。

三国时的大政治家诸葛亮对人才的考察方法也很有特点。他总结自己知人用人的实践经验，写了一篇知人的专论文章，即《将苑·知人性》。在这篇文章中，他提出了知人的七种方法：“知人之道有七焉：一曰，间之以是非，而观其志；二曰，穷之以辞辩，而观其变；三曰，咨之以计谋，而观其识；四曰，告之以祸难，而观其勇；五曰，醉之以酒，而观其性；六曰，临之以利，而观其廉；七曰，期之以事，而观其信。”这是说，考察一个人的方法有七种：一用鸡毛蒜皮的小事逗引以考察其志向是否远大；二是用种种巧辩之词试之以考察其能否随机应变；三是通过征询其计谋来考察其有无远见卓识；四是突然告之以灾祸来考察其有无勇气；五是用酒灌醉之以考察其真实性情；六是用功名利禄引诱之以考察其是否廉洁；七是通过种种约定、计划来考察其是否有信用。

综上所述，中国古代对人格的探讨是全面的，涉及人性、人格类型、理想人格、人格发展与人格鉴定等诸多论题，其人格心理学的思想是异常丰富的。从中我们可以看出几个大致的特征：

第一，人格心理学思想与一定的社会政治理想紧密联系。孟子的“性善论”与正统的儒家政治思想“克己复礼以为仁”相联系；荀子的“性恶论”成为法家政治实践的理论基础；老庄的理想人格也是无处不追随其“无为而治”的社会政治观念。中国古人很少把人格当做一种自然想象和自然过程来进行研究（除了从医学的角度进行的少量研究外）。

第二，厚古薄今，贵远贱近，强调理想人格的设计。中国古代各家各派在探讨人格时，集中注重理想人格的设计，考虑如何向理想人格发展，讨论实现理想人格的种种途径与方法，而较少求知性地探讨现实生活中普通人的人格及其发展。这表明中国古代思想家受传统的整体思维方式的制约，难以采用元素分析的方法研究具体个体的人格。

第三，各派思想一旦形成，就在后来的发展中表现出极大的历史继承性。尽管后世学者对人格问题也给出了不同的回答，但是，各个问题的提法与思路基本上历经千年而不变，很少有全新的论题和全新的观点。这种理论发展的停滞，当然是与我国封建社会发展的长期停滞相联系的，同时，也与中国古人传统的思维方式相联系。

中国古代有如此丰富、源远流长的人格心理学思想，但中国却没能成为现代人格心理学的故乡，这是令我们非常遗憾的。对此，我们要吸取历史的教训，同时，也不要妄自菲薄。我们一方面要继承我国古代人格心理学思想的精华；另一方面，我们要向西方学习现代人格心理学的理论与研究方法，如此“古为今用、洋为中用”，中国人格心理学将会有很大的发展，将对世界人格心理学的发展作出贡献。

二、西方人格心理学思想的发展

与中国先秦时期大致同时，古希腊文明成为整个西方现代科学包括心理学的源头。从古希腊开始，历经古罗马时期、中世纪基督教会统治的黑暗时代，以及文艺复兴时期与近代，西方历代哲人都曾论及人格心理问题，提出了许多有关人格心理的闪光的思想与理论观点，从而奠定了西方现代人格心理学形成的思想基础。西方思想家关于人格心理的观点集中蕴涵在他们的人性论的思想中，为此，我们着重分析西方思想史上主要的人性论思想，阐述其中所包含的人格心理学思想。

古希腊著名哲学家、智者学派的创始人普罗太哥拉提出了一条哲学史上非常有名的命题，这就是：“人是万物的尺度，是存在的事物存在的尺度，也是不存在的事物不存在的尺度。”[①] 这一命题开创了西方最早的人本主义运动，它反对“神意说”，对提高人的地位有着积极的进步意义。普罗太哥拉还通过神话指出人和动物的区别在于人有智慧和创造性。神以土和水创造生物，令普罗米修斯和艾比米修斯给动物分配属性。最后好

① 北京大学哲学系．古希腊罗马哲学．北京：商务印书馆，1961．138

的属性（钢爪、利牙、快跑、飞行、皮毛等）都分完了，忘了给人分配，普罗米修斯只好偷了神的机械技术和火送给人。于是人有了维持生活的智慧和技术。人用智慧创造文明和社会的一切。因此，作为人的本质是智慧。在普罗太哥拉之后，苏格拉底、柏拉图与亚里士多德在理论上深人地探讨了人性问题，形成了较为系统的人性论观点。

与古希腊早期的自然哲学家不同，苏格拉底不关心自然的知识，而重视人类本身及社会道德的研究。他教人要“认识自己”，也就是说要人认识“真正的我”。这个“我”是指“我的灵魂”，也就是心灵或理智。只有灵魂或理智才能使人明辨是非，一个把自己的灵魂或理智看做至高无上的人，自然能知道什么是“善”，什么是“恶”，并且能够做一个有道德的人。苏格拉底认为“美德就是知识”，而不道德便是无知的同义语。知识是可教的，但并不是来自客观的自然界，而是人的心灵先天就有的。因此，从本性上讲，人是善的。当然这种本性上的善不是自发表现出来的，只有通过一系列的引导、启发，也就是“教育”，才能将先天有的善变成现实的善。苏格拉底重视知识与理性，开创了西方人本善的传统。

师从苏格拉底的柏拉图，继承和发展了老师的人性论，并提出了“理想国”的设想。柏拉图认为人的本性即灵魂，灵魂由神创造，先于万物和人的肉体，它是不死的。灵魂由三个部分组成，即理性、意志和欲望，它们分处于身体的不同部位：理性是灵魂中最高贵、最优秀的部分，具有认识真理的智慧功能，居于人的脑部；意志具有产生激情与勇敢、发动行为的作用，位于人的心脏；欲望是灵魂中最低级的部分，追求物质与肉体满足，居于人的腹部。既然灵魂是神创造的，它本身具有善性，灵魂各部分基于自己的本性而活动，各自都是善的表现。但是，如果仅仅是各个部分各自活动，灵魂就不能达到作为整体的善。只有让理性统率各个部分，协调各部分的活动，才能达到整体的善。相反，若是灵魂各部分不服从理性的支配，相互矛盾、冲突，破坏了灵魂的和谐秩序，就会产生不正义、无知、怯懦与放荡。可见，恶来自灵魂内部冲突与理性作用的丧失。

柏拉图以这种人性理论论证其国家学说，他认为国家是放大了的个人，相应于人的灵魂中的三个部分，国家也应有三个等级，它们的地位、作用和相互作用也应该与灵魂中三个部分的情况一致。在国家中，相应于理性部分的是“执政者”即统治者等级，他的职能就是以其智慧来管理国家；相应于意志部分的是“守卫者”即武士等级，他的职能是以其勇敢与武力来保卫国家；相应于欲望部分的是农民、手工业者与商人等，即劳动者等级，他们的职能就是生产劳动产品以满足国家里面的各种物质需要。柏拉图没有提到奴隶，在他看来，奴隶只是一种会说话的工具，根本不算是人。柏拉图认为，在国家中，只有以上三个等级各司其职而互不干涉，有了智慧、勇敢与节制的品质，这个国家才会和谐一致，成为正义的国家。反之，如果劳动者等级失去了“节制”，不安分守己，不埋头于生产，而是都来过问政事，参与国家大事，这就是“以下犯上”，违背了“正义”的原则，会给国家带来最大祸害。

虽然柏拉图的人性论与国家学说是为其贵族奴隶主的专制统治服务，把人的精神说成是神造的、不朽的灵魂，把人的本性归结为人的灵魂、归结为理性，过分夸大理性的作用，贬低人精神中非理性因素的作用等，这些都是错误的、不科学的。但是，在其理

论中也包含着某些合理的、有启发意义的思想观点。例如，柏拉图首次提出了心理功能与结构的三分法观点，强调理性对激情与欲望的控制和调节，主张根据人的心理特点进行社会分工等。

古希腊伟大思想家亚里士多德批判地继承了其老师柏拉图的人性论观点。在他看来，一个人由灵魂与肉体构成，灵魂是“形式”，而肉体是“质料”，形式决定质料，“灵魂乃是有生命躯体的原因与本原”①。人的本质是人的灵魂。在灵魂的构成上，与柏拉图有所不同，亚里士多德认为人的灵魂中有理性与非理性两个部分。理性即智慧、理智，非理性包括情感、欲望。亚氏强调理性的作用，认为理性应当控制与领导非理性，只有这样人才具有德性。

亚氏反对柏拉图的灵魂不朽、灵魂转世的观点，认为灵魂不能离开肉体而存在。他形象地把灵魂比喻为“蜡版”，认为灵魂进行思维活动时，思维的对象即外部事物在心灵上留下了痕迹，好比文字刻于蜡版上那样。这种观点包含了反映论的思想。以此可以推论，既然人的灵魂像一块蜡版，灵魂是人的本性，那么人本性上应该是无所谓善与恶，即是中性的，由于后天在灵魂的“蜡版”上所印刻的不同，才有了善与恶的分别。

亚里士多德主张“中庸之道”。在他看来，美德的核心与实质就是追求与选择介于“过度”与“不及”之间的一种适度或中庸状态。例如，对于“恐惧”这一情感，选择中庸适度是“勇敢”，恐惧过度则怯懦，不及则鲁莽；对于“财物使用”，选择中庸适度就是“慷慨”，过度是“挥霍”，不及是“吝啬”，以及自尊在傲慢与自卑之间，谦恭在无耻与怕羞之间等。过度与不及都是与道德本性格格不入的，唯有适度才能保证道德的本性与善。一切罪恶则是由于不顺从理性，在情感和行动方面，走上了与中庸适度正好相反的两个极端而产生的。如何才能把握中庸与适度呢？亚里士多德认为中庸适度不能通过机械的算术运算来获得，因为中庸适度没有一个绝对的标准，而是要因人、因事、因环境的差异而有所不同。要掌握中庸之道就需要依靠个人的智慧与见识，这种智慧被亚氏称为“实践智慧”。他认为，实践智慧不是天生的，而是在不断的实践活动中训练出来的。一个人只要在实践中不断摸索，就可以找出中庸之道的分寸来，并由习惯而成自然。

亚里士多德对柏拉图灵魂不朽说的批判，主张灵魂的“蜡版”说，以及实践智慧的观点，对西方人性与人格心理问题的探索都有积极的意义。

在亚里士多德之后，古希腊哲学走向衰落。在人性问题上，值得一提的是伊壁鸠鲁的快乐主义。他从唯物主义的原子论宇宙观出发，批判柏拉图的灵魂不死说，认为灵魂也是由物质性的原子构成。由于构成灵魂的原子会做自动偏离运动，因而每个人都是自由的。他进一步主张人应该自由地去寻求和享受人间的快乐和幸福生活，趋乐避苦是人的本性，它本身就是至善，就是生活所追求的目标。伊氏主张快乐论，但不提倡享乐主义，他所讲的快乐并非专门追求物质的和感官的享受，而首先是心灵上、精神上的愉快。当然，精神上的快乐还是要以一定的物质享受为基础，所以，他并不主张禁欲主义。他主张把物质欲望减少到最低限度，过朴素的物质生活，而注重丰富的精神生活。

---

① 苗田力．古希腊哲学．北京：中国人民大学出版社，1989．487

这样做既能使人增进身体健康，又使人不至于贪得无厌，从而达到身心宁静、怡然自得的人生理想境界。

在欧洲中世纪时期，由于基督教神学具有至高无上、唯我独尊的地位，关于人性的观点总是与基督教神学联系在一起。在基督教早期，罗马帝国教父学的代表人物奥古斯丁就提出了"原罪说"。由于人类始祖亚当与夏娃在伊甸园里受了蛇的引诱，偷吃了智慧树上的禁果，犯了罪，被上帝赶出了天堂。由此，人类一开始就犯了罪，这种罪是"原罪"。它不仅仅是人类的第一次罪行，更严重的是造成了人的本性的堕落，使得人类子孙后代天生就有罪。人的生活感情与欲望都是邪恶的，追求快乐与幸福是罪孽。因此，人应当鄙视自己，否定自己，取消一切欲望与要求。由于这种原罪，任何人都不能靠自己救自己，只有通过教会祈祷上帝的"恩赐"，才能得救。

这种理论把人的欲望等同于人性，根据《圣经》中荒诞不经的故事，又根据人的欲望可能把人引向罪恶，认为人性等同于罪恶。这种人本性恶的理论实际上是宣扬禁欲主义，让人甘心情愿地接受封建教会的专制统治。

在欧洲封建社会末期，随着手工业、商业的发展，新兴的市民资产阶级针对基督教神学以神为中心，否定人的价值与尊严，宣扬禁欲主义，提出了以人为中心，提倡人性，反对神性；提倡人道，反对神道；主张个性解放，反对宗教枷锁。由此形成了文艺复兴时期的人文主义思潮。在人性问题上，人文主义认为人的本性就是人的"自然"性。什么是人的自然性呢？他们认为，人的自然性就是要求人格的独立与尊严、意志自由和对个人幸福的追求。人是活生生的肉体之躯，自然会有各种欲望和情感，而追求幸福的欲望完全是正当的、合理的，因此，人没有必要禁止自己的欲望。人文主义思想家蒙田认为，人追求幸福是听从自然的指引，服从自然的召唤。他说一个真正享受自己生存之乐的人几乎就是一个神圣完美的人。由此，人文主义否定基督教的原罪说，主张人的自然本性不是邪恶的，而是善良的。

人文主义对宗教神学产生了巨大的冲击，但并没有完全消除人本性恶的"原罪说"。在宗教改革时期，路德和加尔文虽然主张人有权利直接面对上帝而不以教会为中介，打击了教会的权威，但是，他们却坚持人的本性邪恶和人的软弱无能，认为人得救的最大障碍是人的骄傲，只有通过忏悔自己的罪恶，对上帝无条件地服从与信仰，才能战胜这种骄傲，获得上帝的宽恕。可见，人性的"原罪说"在新教里又死灰复燃。

17 世纪英国资产阶级革命时期，著名思想家霍布斯在他的著作《人性论》和《利维坦》中，以无神论和唯物论的机械运动观点来解释人性和心理现象，并论证国家的起源，为新兴资产阶级的政治斗争服务。他认为，人的本性就是趋乐避苦、自私自利和自我保存，人与人生而平等，都为自我保存而相互竞争和攻击，导致了普遍的战争状态，即所谓的自然状态，为了避免这种状态，人们遵循理性提出的为谋求和平生活必须遵循的原则，即自然律，自然律有 9 条，归根结底为一条，即"己所不欲，勿施于人"。① 为了使人们都遵守自然法而过和平的生活，人们必须订立契约，把自己的自然权利交给统治者，从而创造文明和国家。霍布斯虽然认为人人有权利追求自己的幸福，

① 霍布斯．利维坦．黎思复；黎廷弼译．北京：商务印书馆，1986．120



批判了宗教神学的“原罪说”，保卫了人的自然权利，但他把这种自然权利看成是自我保存，它势必导致人与人之间的相互侵犯，从而得出人本性恶的结论。

在18世纪法国启蒙运动时期，思想家卢梭提出了天赋人权的人性学说和主权在民的社会契约论，为法国资产阶级革命做好思想上的准备。卢梭认为，未被私有制和文明污染过的自然人，是听从自己本性与良心的指导和支配的，这种处于自然状态的人才合乎人的本性。自然的人不仅有自我保存的要求和自爱的本性，而且对同类具有同情心和怜悯心。这是人性的两个方面。人要自我保存就必须自主地选择如何自我保存，因而人是自由的，自由是自然赋予人的天然权利。由于人性有同类的同情心与怜悯心，人生来是平等的，平等是人的天赋人权。同时，同情心与怜悯心使人与人友好相处，人类天生善良，人类在自然状态下是安宁幸福的。卢梭反对霍布斯把人类的自然状态描绘为“人对人是狼”的恐怖状态，认为霍布斯实际上是把文明社会的状况搬到了自然状态，是私有制破坏了人的本性，从而导致了人类的不平等与战争状态。卢梭主张人性本善，否定了人的本性是自私与邪恶的观点，认为自私自利是私有制的产物，是人性的堕落，这种看法有一定的合理之处和积极意义。

18世纪法国唯物主义哲学家爱尔维修、霍尔巴赫在人性问题上，提出了与卢梭相近而又有区别的观点。他们认为人一方面是具有感性的肉体的人，因而趋乐避苦、自爱自保是人的本性之一；另一方面人又是社会的人，每个人在追求自己的幸福时不能离开别人，别人是自己存在和幸福的最重要的条件，因此，爱他人是人本性中不可缺少的东西。人既自爱，又爱人，所以人的本性不是邪恶的。人们生下来的时候，无所谓善，也无所谓恶，人们成为什么样的人，只是他们所处的环境影响的结果。爱尔维修与霍尔巴赫都毫不留情地批判了封建专制制度，认为邪恶的封建专制制度使人变坏，要通过革命消灭这种专制制度，用民主制度取而代之。

从以上西方思想发展中关于人性问题的讨论，我们可以归纳出几种有代表性的观点：第一种以普罗太哥拉、苏格拉底与柏拉图为代表，认为人的本性就是理性；第二种观点以亚里士多德“灵魂蜡版说”、爱尔维修和霍尔巴赫的观点为代表，倾向于人的本性为中性，可以为善为恶；第三种以伊壁鸠鲁的快乐主义、人文主义的人性自然论与卢梭的观点为代表，不管是对个人幸福与快乐的追求，还是自我保存和对同类的同情心与怜悯心，它们本身是善的；第四种观点以基督教神学的“原罪说”与霍布斯的观点为代表，虽然这两种人性论的社会基础与论述都非常不同，但它们同样主张人的本性是恶的。

从西方思想家的人性理论中，我们还可以看到某些人格心理学的观点。

关于人格结构方面，柏拉图在其灵魂说中倾向于理性、意志与情欲三因素合成的观点，而亚里士多德的灵魂说倾向于理性认知与情感意志二因素论。亚里士多德还从进化的角度探讨人灵魂的构成，他认为灵魂有高低等级之分，这与生物的身体相对应。最低级的生物是植物，它们相应具有最低级的灵魂，即营养的灵魂，只具有吸收营养以及生殖的功能；其次是动物，动物不仅具有营养的灵魂，还具有感觉的灵魂。感觉的灵魂能使动物感觉到快乐和痛苦，产生欲望。位于动物之上的是人类，人类除了营养、感觉的灵魂外，还具有理性的灵魂。理性是人所特有的功能，它使人与其他动物相区别。亚里

士多德这种灵魂进化观与整体观对于我们理解人格心理有一定的启发意义。

西方思想家的人性论中也包含着关于人格发展与改造的观点。柏拉图的人性论把人的本性等同于人的灵魂，认为人的灵魂是由神所创造的。灵魂在出生之前生活在完美的理念世界中，了解并掌握了丰富的理念知识，因此它天生就具有各种理念知识。但是，由于人出生时，人高贵的灵魂与低贱的肉体的结合，导致灵魂被玷污，人暂时遗忘了各种理念。为了重新获得那些知识，就必须学习。学习不是向外部世界探索，而是反省内心深处，将原有的理念知识、美德等逐渐“回忆”起来，他人的教育不过是一种诱发而已。由此看来，柏拉图把内心活动与回忆看成是人格完善的主要途径。与柏拉图不同，亚里士多德认为人格完善主要靠后天的实践活动，通过不断的实践活动，才能训练出所谓的“实践智慧”，从而掌握“中庸之道”。在近代，英国唯物主义哲学家霍布斯认为人本性恶，要改造人，使之人格完善，只有通过人的理性，遵循自然律，建立专制国家，制定严厉的法律，排除人与人之间的纠纷，制止侵害社会其他成员利益的犯罪行为。卢梭认为人性本善，自私不是人的天性，而是私有制的产物。因此，只有废除私有制，建立主权在民的国家，才能防止罪恶产生，充分发挥人善良的本性。

在理想人格方面，苏格拉底强调人的理性，认为美德就是知识，善出于知，恶出于无知。一个人有理性，才会具有知识；有了知识，这个人才能完善自我。柏拉图的人性论则认为理想的人格应该包含四种美德，即智慧、勇敢、节制与正义。每个人的灵魂都有理性、意志与欲望三个部分，对应智慧、勇敢与节制三种美德。当一个人的灵魂的三个部分各司其职、和谐结合，则产生第四种美德，即“正义”。一个人格完善的人应该具有这四种美德。在亚里士多德那里，人既是理性动物，也是政治动物。作为理性动物的人的美德就是知德，作为政治动物的人的美德就是行德。知德与行德的完美结合就是人格高尚的人。一切美德都处于过分与不足两者之间，即中庸状态。因此，美德的核心是适中或中庸，这也就是一个人格完善者的根本特征。

西方哲人的人性论中也包含着人格分类的观点。在柏拉图那里，实际上是根据人灵魂中理性、意志和欲望三个部分关系的不同，把人分为不同的人格类型：理性占优势的统治者类型，意志占优势的武士类型，以及欲望占优势的平民类型三种。柏拉图还认为这三种人格类型的人是神用不同的金属创造出来的，统治者是神用金子造出来的，武士是用银子造出来的，而平民是由铜与铁造出来的。这三种人分属于不同的等级，而等级划分是天生的、不可更改的。柏拉图这种人格分类的方法虽然不科学，也反动，但它是古希腊一个较系统的人格分类，对后人有一定的启发意义。

在人格分类问题上，古希腊最著名的理论是著名医学家希波克拉底的体液说，这种学说源于古希腊自然哲学家恩培多克勒的“四根说”。恩氏认为宇宙万物都是由火、水、土、气四根（元素）组成的。这四种元素按不同的比例混合，就形成各种不同性质的东西。这四种元素之外，还存在“爱”与“憎”两种力量，使这些元素不断结合，又不断分离，这就产生了万物的运动变化。在恩培多克勒的“四根说”的影响下，希波克拉底提出“四液说”，认为人体内有来自不同器官的四种体液。血液出自心脏，黄胆汁生于肝脏，黏液生于脑部，而黑胆汁生于胃部。机体的健康状况取决于这四种体液的混合比例。罗马盖伦医生把这种混合比例称为气质，这便是现代气质概念的来源。盖



伦将人的气质分成13种，后人又将其简化为4种：多血质、胆汁质、黏液质和抑郁质。这四种气质都是某种体液占优势的结果，并具有特定的心理特征与行为表现。体液说还认为各种体液是由冷、热、湿、干四种性质相匹配而产生的。血液是热与湿的配合，因而多血质的人温而润，好似春天一样；黏液是冷与湿的配合，黏液质的人冷酷无情，好似冬天一样；黄胆汁是热与干的配合，胆汁质的人热而躁，好似夏天一样；黑胆汁是冷与干的配合，抑郁质的人冷而躁，好似秋天一样。虽然这种把体液看成是气质形成原因的气质理论缺乏科学根据，但是它对四种气质类型的描述生动、形象，比较符合日常生活中某些典型的气质类型，所以这四种气质类型的名称一直沿用至今。

气质分类的体液说主要是从医学角度探索的结果，西方思想史上从心理学角度探索气质分类问题的理论最为著名的是德国哲学家康德提出来的。康德认为，从心理学上看，气质首先可以划分为感情气质和行动气质，每一种气质又可与生命力的兴奋和松弛相连接而进一步分为四种单纯的气质。

（1）多血质，这种类型的人是开朗的。他们对刺激的感受迅速而强烈，但并不深入持久。他们无忧无虑，有良好的希望，对每一件事开始都比较重视，但可能会很快忘记。他们真诚许诺，但并不信守诺言。

（2）忧郁质，这种类型的人具有沉静的特点。他们对刺激的感受不太显著，但很深入。他们对与自己有关的事物也都非常重视，并把注意力放在事物的困难方面。他们深思熟虑，不轻易许诺。

（3）胆汁质，这种类型的人是热血的。他们的情绪反应具有爆发性；行动迅猛，但不持久；易发怒，但不记仇；爱面子，喜欢排场；喜欢担任领导职务，而不愿意做具体工作。

（4）黏液质，这种类型的人是冷血的。他们不易冲动，具有正常理性；情绪反应迟缓，但持久。行事比较保守与刻板。

康德认为，不可能存在各种气质的复合情况，因为每一种气质都是单纯的。如果一种气质渗入另一种气质中去，要么相互冲突，要么相互抵消。

在人格的观察评估问题上，西方思想史上提出过许多不同的方法。早在古希腊时期，亚里士多德就写出了《形相学》这篇专论文章。在这篇文章中，他通过人与动物的类比，提出身体特征像某种动物的人具有类似此动物气质的观点。如果一个人像猴子，那他就比较机灵、好动；如果一个人像猪，则比较好吃懒做。17世纪瑞士学者拉瓦特著《形相学拾零》三大册，该书评述了各种形相特性与性格特征的关系。身体特征与人格特征究竟有无关系？现在看来，前人的论述大多无科学根据。17世纪意大利学者鲍多写了一本最早的论笔迹的著作（1622），后来法国学者米乔恩著《笔迹学体系》，更加细致地研究了人的书写笔迹与其人格特征的关系。当今研究表明，人的动作是了解一个人性格的重要线索。

18世纪末19世纪初，德国解剖学家弗朗茨·加尔对人的心理能力与头颅形状的关系进行过观察研究，提出了颅相学。这种理论认为，脑的各个区域是各种心理能力的特殊器官，这些特殊器官发育程度的不同，就决定了这些心理能力的强弱程度。脑不同区域的发育会导致相应头颅区域凹凸的变化。如果头颅某区域凸起，说明该区域脑的发育

状况比较好，则表明相应的心理能力比较强。这样，我们只要摸一摸头颅各个区域的凹凸情况，就知道这个人的各种心理能力与特征。例如，一个人的前额突出，则表明他比较聪明，因为脑的前额是理智的功能区域。如果一个人后脑勺凸起，则表明这个人爱欲强烈，因为脑的这个区域是主管爱情的。颅相学在西方风靡了一个世纪，但由于缺乏科学根据，受到大多数科学家的反对。但是，它这种以脑为心理活动的器官以及脑功能分区的思想，启发了后人作深入的研究，大大推进了人类对脑与心理活动关系的认识。

综上所述，西方思想史中包含了比较丰富的人格心理学思想和观点，这些思想涉及人性本质、人格结构、人格形成与发展、人格类型、理想人格、人格评估等诸多方面。我们发现西方古代与近代人格心理学思想有几个特点。首先，这些思想一般都蕴涵在哲学理论，特别是人性论之中，尚未完全分化出来。例如，柏拉图的人性论中就包含了人格结构、人格分类与理想人格等方面的人格心理学观点，但未形成独立的、系统的人格心理学理论。其次，西方古代与近代人格心理学思想一般都有其社会阶级的根源，是为了适应某个阶级政治斗争的需要而提出来的。亚里士多德强调“中庸”这一理想人格，反映了古希腊奴隶主中等阶层的政治要求；霍布斯关于人本恶性的思想反映了英国大资产阶级反对“君权神授”的封建专制主义的斗争需要；卢梭的性善论是法国资产阶级革命的思想先导。再次，随着西方思想从古代到近代的演变与发展，逐渐形成了一个趋势，这就是人格心理思想与哲学、政治与伦理学的结合逐渐过渡到与生物、医学等自然科学结合。这种发展趋势到了十八九世纪则更为明显，从而为人格心理学思想从哲学中分化出来，建立独立的、实证性的人格心理学奠定了基础。因此，在西方思想史的“长青树”上最终结出了“人格心理学”这一果实。

三、人格心理学的建立

西方古代与近代思想史上有关人格心理学的思想与观点，对于现代心理学家创立科学的人格心理学有重要的启发意义，但是，直接导致人格心理学的产生还有重要的理论与方法上的来源。我们认为这些来源最主要的有两个：一是心理测量运动，二是欧洲临床精神病学的发展。

1. 心理测量运动

人格心理学并不是直接起源于正统的心理学，因为以冯特为代表的正统心理学只重视研究一般的、普遍性的心理规律而不考虑个别差异问题。西方科学史上最早发现心理个别差异问题的不是心理学家，而是天文学家。1796 年，格林尼治天文台的天文学家马斯基林发现其助手金内布鲁克观察星体通过天文望远镜内十字线交叉点的时间总是比自己的观察记录慢 0.8 秒，他认为助手粗心而将其辞退。20 年后另一位天文学家贝塞尔注意到这件事，并加以系统研究，认为所有天文工作者报告星体通过的速度都有差异，这种误差来源于个别差异。贝塞尔还根据人们观察时间上的个别差异计算出“人差方程式”，以便天文工作者之间的差异能在天文计算中消去，使天文观察记录更加准确。人差方程式的发现不仅对天文学有重大的意义，而且为早期实验心理学提供了直接

的研究课题，如反应实验与复合实验，更重要的是引起科学界对个别差异的重视。

心理学上最早探讨个别差异及其测量问题的是英国著名心理学家高尔顿。他受其表兄达尔文进化论的影响，对个别差异与心理遗传的问题进行了开创性的研究，并于1883年发表了其名著《人类才能及其发展的研究》，这本书标志着个体差异心理学及其心理测量运动的开始。高尔顿强调不同个体之间在能力上存在着重要的差异，这种差异主要来自遗传，人能力上的差异是可以测量的。他发明了许多仪器来测量人的心理品质，通过听觉和视觉，乃至身高、体重、拉力和握力等的测量，以确定人的智力的高低。他在《遗传的天才》一书中讲述了他对977名历史名人能力的研究，强调了遗传的作用。他还提出了优生学，开创了用统计方法研究人的心理品质的先河。他断言，人的心理特征也像身体特征一样，是常态分布的，发现了平均数和标准差、相关等。这些研究为心理测量学与统计学的发展奠定了基础。

卡特尔是冯特的学生，与其老师不同，他非常重视人的个别差异的研究。他指出："心理学除非建立在实验和测量的基础上，否则它就不能达到自然科学那样的明确与精密。"[①] 1890年，他在一篇文章中创造了"心理测验"这个术语。他对感知、反应和记忆等进行了大量的测验与研究，提出了常模、测量标准化的概念，发表了其名著《心理测验和测量》。卡特尔的工作对心理测量运动的发展起了很大的推动作用。

1904年，法国心理学家比纳应法国公共教育部长的邀请，组织了一个专门的委员会，研究智力落后儿童的教育问题。1905年，比纳与西蒙认为要解决智力落后儿童的教育问题，必须首先诊断儿童的智力，把智力落后儿童与正常儿童区别开来。为此，他们编制了第一个可用于智力测验的量表。1908年与1911年，比纳与西蒙对该量表进行了两次修订，确立了智力测量的年龄量表，并将量表的年龄范围扩至成人，引起了世界各国的注意。第一次世界大战期间美国进行了大规模的挑选新兵的智力测验。二十世纪二三十年代，心理测量从个别测验发展到团体测验，从智力测验发展到各种个性测验，从而形成了一个广泛的心理测验运动。心理测量学的发展促使人格心理学的研究从理论性的和定性的探索走向实验性的和定量化的研究。

2. 欧洲近代临床精神病学的发展

欧洲近代临床精神病学是现代人格心理学产生的另一个主要根源。在西方古代、中世纪，甚至文艺复兴时期，精神病人都未作为病人来治疗，而是把他们视为魔鬼附身，或中了邪，采用非常残酷的方法来对待他们。直到欧洲资产阶级革命后，一些提倡人权与人道主义的进步人士开始反对关于精神病人的迷信看法和非人道的做法，主张以理性与慈善的态度对待精神病人。19世纪欧美科技的进步、社会的发展，使得宗教迷信的影响减弱，精神病人身上的脚链手铐打开了，从而为精神病的科学研究、诊断与治疗铺平了道路。

法国资产阶级革命比较彻底，扫除了封建迷信，科学与人道主义思想盛行，精神病学首先在法国发展起来。法国著名学者皮奈尔首先肯定精神异常是一种疾病，有其自然的病因，主张应该对精神病患者给予治疗。在皮奈尔之后，相继出现了布雷德、沙可、

① 张述祖等．西方心理学家文选．北京：人民教育出版社，1983．71

伯恩海姆和让内等一大批杰出的精神病学家，大大推进了精神病学的发展。

19世纪精神病学虽然有了很大的发展，但是精神病的病因问题还没有很好解决，围绕这个问题产生了很大的争议，形成了精神病病因学上的两大学派。一派是以德国精神病学家格里辛格尔与法国学者沙可为代表的躯体派，主张以脑的器质性病变来解释精神异常；另一派是以魏斯麦、伯恩海姆等人为代表的精神派，主张从精神与心理方面去寻找精神病的原因。在19世纪，总的来说是躯体派占优势，但同时，精神派也在迅速发展中。

奥地利医生魏斯麦是精神病心理病因观的前驱，他曾经用一种称为“通磁术”（亦称为魏斯麦术）的方法来治疗病人，包括各种精神疾病患者。这种方法实际上是通过暗示与催眠让病人进入昏睡状态来进行治疗的。这种方法有一定的疗效，但魏斯麦无法用科学的道理解释这种催眠法的原理与治病机理，而以为是一种“动物磁力”在起作用，因而在当时遭到大多数医生与科学界的反对。1843年，英国医生布雷德经研究确认催眠现象的存在，他提出以精神催眠说代替动物磁力说，认为催眠并不是一种磁力作用，而是一种心理暗示作用，从而在科学上确立了“催眠术”的概念。布雷德的催眠术后经法国乡村医生李厄保的传递，在伯恩海姆那里发扬光大，创立了催眠术的南锡学派。与此同时，巴黎精神病学家沙可创立了与此相对立的巴黎学派。这两个学派都相信催眠术，并用以治疗精神疾病。但是，这两个学派对催眠的性质与作用有不同的看法，南锡学派主张催眠是暗示的结果，与神经障碍无关，因而他们侧重探讨催眠的心理方面。相反，巴黎学派则主张催眠状态是一种变态，是由神经症所引起，因而侧重研究催眠的神经生理变化。

欧洲临床精神病学对精神疾病进行了大量的科学研究，探讨了精神疾病的分类、病因，以及催眠和暗示等心理疗法的运用等，在理论上和方法上为人格心理学，特别是弗洛伊德的人格理论与方法提供了基础和条件。弗洛伊德是欧洲第一个系统的人格心理学理论与临床研究方法和治疗方法——精神分析的创始人。他在发展他的理论体系之前先到巴黎跟随沙可学习，后又到南锡跟伯恩海姆学习，催眠术的两大学派对他都有影响，特别是沙可的学生让内对他启发很大。沙可的精神病因观是一种心理病因观，而让内则倾向于精神或心理病因观。在法国，弗洛伊德的收获很大，他不仅学到了精神疾病心理治疗方法，而且全面了解了当时欧洲最先进的精神病学理论，特别是关于精神病的病因学理论。在病因学理论上，弗洛伊德倾向于心理病因观，他沿着心理病因观的道路继续前进，深入探讨，从而创立了精神分析的理论体系，开辟了人格心理学的临床研究传统。

3. 其他来源

除了以上两个主要的根源外，现代人格心理学的形成过程中还受到行为主义心理学、完形心理学与文化人类学的影响。行为主义心理学将学习的课题引入人格心理学，促进了有关人格理论的发展。行为主义者强调研究的客观性、操作性以及实验研究的方法，这有助于人格心理学方法的科学化。完形心理学反对心理的元素主义，强调整体与结构，把人格看成是一种动力的整体结构，提出了心理的场理论与拓扑学方法，对主观心理现象采用现象学的描述方法等，对于人格心理学的发展起了积极的作用。西方文化

人类学，特别是美国文化人类学与跨文化心理学的发展，将社会文化的概念与田野研究方法引入人格心理学，扩大了人格心理学的视野。

二十世纪二三十年代，各种人格心理学的理论与方法都在逐渐成形、成系统。在这个基础上，美国心理学家奥尔波特进行了大量的归纳总结、研究与教育工作。他于1924年在哈佛大学开设了美国最早的人格心理学课程——"人格：它的心理与社会的领域"。1937年，他的名著《人格：心理学的解释》正式出版，此书集前人人格心理学研究之大成，建立了人格心理学的基本框架，被认为是人格心理学成为独立学科的标志。从此，人格心理学作为一个独立的心理学分支迅速发展，不断充实，不仅在普通心理学中与心理过程心理学二分天下，而且在整个心理科学体系中占有举足轻重的地位。被誉为人格心理学之父的奥尔波特曾宣称："我们现在已经进入了人格的时代。"我们相信人格心理学在21世纪新的时代里必将大有发展，为心理科学的发展和人类社会的文明作出更大的贡献。

四、科学人格心理学的发展

人格心理学形成之后，至今已有70年的历史。在这段历史时期，大致可以分为两个阶段。

第一阶段：20世纪30年代至60年代。这一阶段是人格心理学中主要人格理论体系的建立时期。在六大主要人格理论体系中，除了古典精神分析之外，其他五大人格理论体系都产生于这个阶段。古典精神分析产生于人格心理学的形成时期，在1900年，弗洛伊德发表《梦的解析》，标志着古典精神分析的形成。在此之后，精神分析内部经过阿德勒、荣格等人的多次分裂，最终在二十世纪三四十年代的美国，产生了以霍妮、沙利文和埃里克森等人为代表的新精神分析学派。与此同时，以斯金纳、多拉德和米勒等人在巴甫洛夫和华生行为主义思想与研究的影响下，开创了人格心理学中的行为学习论。在此之后，罗特和班杜拉等人进一步提出了社会学习论的人格理论体系。在20世纪30年代，奥尔波特提出了特质论思想。在40年代，卡特尔等人进一步发展了人格测量与因素分析技术，从而完善了人格的特质论体系。在二十世纪五六十年代，马斯洛、罗杰斯等人创立了人本主义的人格理论体系。与此同时，凯利初步创立了认知主义的人格理论体系。至此，人格心理学中的六大人格理论体系均已形成。

第二阶段：20世纪70年代至今。这一阶段的主要特点是各种人格理论体系相互对立和界限分明的局面逐渐消失，出现了综合化的趋势。目前，人格心理学家中自认为自己属于某一学派，如精神分析或人本主义的情况非常少见，多数人格心理学倾向于采用各家各派之所长，综合性地运用各种人格理论体系中的思想精华，对自己感兴趣的问题或研究领域进行探讨。综合化不仅表现在理论上，而且表现在方法上，许多重要研究都综合性地运用各种主要的人格研究方法。例如，在研究儿童攻击性问题时，采用临床观察和个案法、测验与相关研究法，以及实验方法。

随着社会经济与科学技术的进步，以及心理学科学本身的发展，在人格心理学内部

出现了一些新的趋势。

第一，人格心理学研究出现了明显的专题化趋势。例如，在二十世纪五六十年代西方生活质量研究与积极心理学运动的推动下，到70年代，由于女权运动的兴起和离婚率的上升，出现了许多有关人格性别差异的专题研究。在70年代之后有关主观幸福感与人格关系专题研究大量涌现。在80年代，健康心理学的建立推动了人格与健康关系的专题研究。在90年代，大五人格因素的研究成为人格心理学中一个热门课题。

第二，在研究专题化趋势的影响下，在人格理论上出现了小型化的趋势。所谓人格的小型理论是指那些专门解释某一特殊人格研究领域，诸如攻击性、幸福感、抑郁倾向和孤独倾向等问题的具体理论。过去的经典人格理论，如精神分析、行为学习论与人本主义等都是大型的人格理论体系，这些大型理论一般囊括了人格心理学中的主要理论问题，而现在多数人格心理学家并不热衷于建构这样的大型理论，而是在自己感兴趣的具体人格心理研究领域中建构小型理论。

第三，人格的认知研究大行其道。20世纪60年代之后，认知心理学成为心理学中一个主流。在其影响下，不少人格心理学家从认知的角度，采用认知实验的方法研究人格心理问题。例如，有关自我图式、抑郁图式和乐观主义者的认知实验研究，关于认知归因的研究和人格的内隐认知研究等。

第四，重视文化因素对人格的影响，以及大量跨文化研究的产生。在二十世纪六七十年代心理学中生态运动的影响下，不少人格心理学家重视生态文化因素对人格及其发展的影响，采用跨国、跨民族和跨文化的研究方法探讨不同文化群体之间人格的异同以及与生态文化因素的关系。

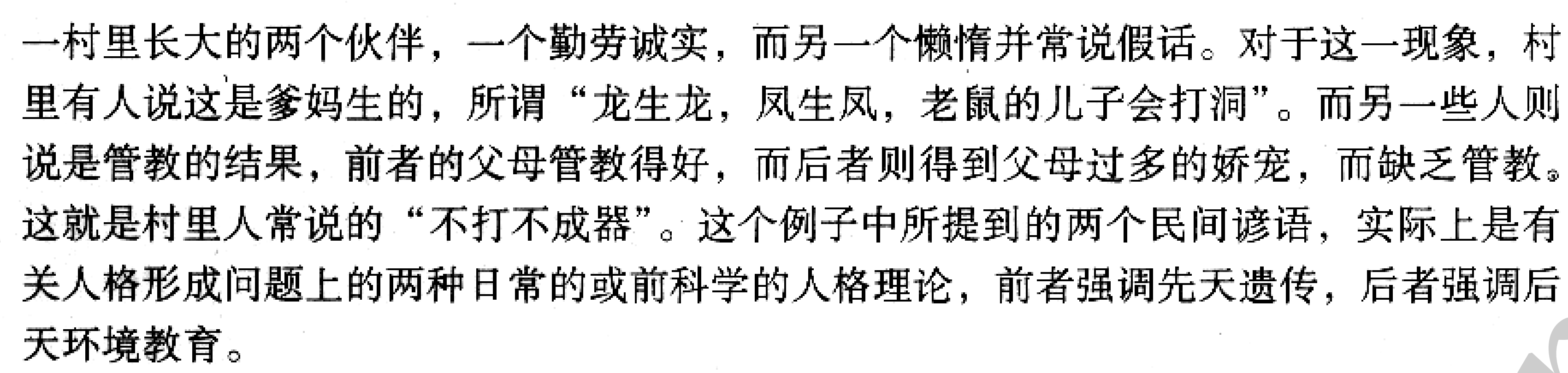
第五，人格的生物基础研究。在20世纪90年代，随着遗传学和脑科学理论、方法与技术的发展，例如，关于基因研究的方法、脑电图与脑成像技术（CT）等，推动了人格的生物基础的研究，不少人格心理学家从生物遗传与生物进化的角度探讨人格的问题。

第三节　人格心理学理论

一、人格的前科学理论

由于人格理论问题的复杂性，古往今来，人们争论不休，却始终没有形成大家公认的、统一的人格心理学理论体系。我们试图从人格的前科学理论出发，进一步探讨人格的科学理论及其特征与评价标准等问题。

人格理论虽然复杂，但并不神秘，也不是科学家们的专利。因为，在日常生活中，人们都会接触与经验到人格心理现象。基于对人格现象的经验或实践，人们会对这些人格现象进行各种解释或猜想，这就形成了各种前科学的人格理论。例如，我们发现在同



一村里长大的两个伙伴，一个勤劳诚实，而另一个懒惰并常说假话。对于这一现象，村里有人说这是爹妈生的，所谓“龙生龙，凤生凤，老鼠的儿子会打洞”。而另一些人则说是管教的结果，前者的父母管教得好，而后者则得到父母过多的娇宠，而缺乏管教。这就是村里人常说的“不打不成器”。这个例子中所提到的两个民间谚语，实际上是有关人格形成问题上的两种日常的或前科学的人格理论，前者强调先天遗传，后者强调后天环境教育。

人们关于人格问题的不同理解或多或少是来自于自己的日常经验，是对日常经验的某种抽象。我们可以把这种抽象称为日常理论，或前科学理论。前科学理论和科学理论的共同基础是抽象或从有限的经验中作出概括。我们生活的世界或情境是不断变化和推陈出新的，要适应它，只靠习惯或反射系统是不够的。因此，我们通过对自己主观的生活经验进行一定的抽象，以某种方式建立一个有关世界或情境的心理模式来应付不断变化的世界。这种心理模式就是关于现实世界的前科学理论，亦称为非正式的理论。例如，我们有关于天气、力、个性、智力等的前科学概念或非正式的理论。这些概念和理论的主要作用是预言我们周围世界可能发生的事件，预言我们行为的后果，以及对已经发生的事件作出解释，即寻找事件发生的原因。这些前科学概念或非正式的理论可能真正反映了客观世界的某种事物，但也许它所反映的东西在客观世界中并不存在，例如，地球是“平的”，疾病是由于“鬼神在作怪”，某人的不幸是因“他前世造的孽”等。尽管如此，许多前科学理论或非正式理论仍然被人们广泛应用、尝试和无数次地检验，有时用起来还比较方便可靠。例如，过去的航海家在地球是“平的”理论模式指引下进行航行，草药医生根据一些前科学的病理知识治病等。

由于人格是每个人都具有的心理与行为现象，我们普通人都有关于人格的经验与体会，在此基础之上，通过一定的抽象，就可能产生各种前科学的人格理论。前科学的人格理论大致包括三种情况：其一是历史上的哲学家与思想家们通过思辨所获得的关于人格的理论与观念；其二是某些江湖术士、算命看相者对人格心理现象的有关思考与总结；其三是普通老百姓对人格心理现象的抽象与猜想，比较集中地体现在有关人格的各种谚语中。

二、人格的科学理论

人格的科学理论是一套正规的符号系统，用来组织人格研究材料，解释和说明人格、人性、人格结构、人格发展动力和条件以及阶段性等理论问题，以反映人格心理现象的本质与规律，并引出可验证的理论假设，启发人格研究的新观点和新方法。它是关于人性的一套基本看法，又是一种研究的策略。人格的科学理论与一般科学理论有共同之处，都有一套正规的符号系统，都要反映事物的本质与规律，都要求客观性、逻辑性与系统性等。但是，人格的科学理论与一般科学理论之间也存在一定的区别，相比之下，人格理论较缺乏严谨性、内部的一致性或统一性，以及可操作性不强等。

人格理论是人格心理学的核心，一方面它系统地说明或解释了各种人格心理现象，

另一方面为我们提供了研究的框架。因此，理解与掌握人格理论十分重要。现代人格理论也是一种科学理论。作为系统化科学知识的科学理论，标志着人的认识从事物的现象深入到了事物的本质。从形式上看，科学理论具有抽象性。从内容上看，科学理论表达了对事物的本质与规律性的认识。科学理论虽然达到了对客体的本质的认识，但不可能一举获取事物的全部信息，不可能穷尽或终结对事物的认识。它本身亦可视为事物的一种理论模型，是客体原型的一种模拟。它既具有真理性的内容，又带有假设性的成分，它对客体的逼真度是随着这种理论模型的不断修正和完善而逐步增长的。

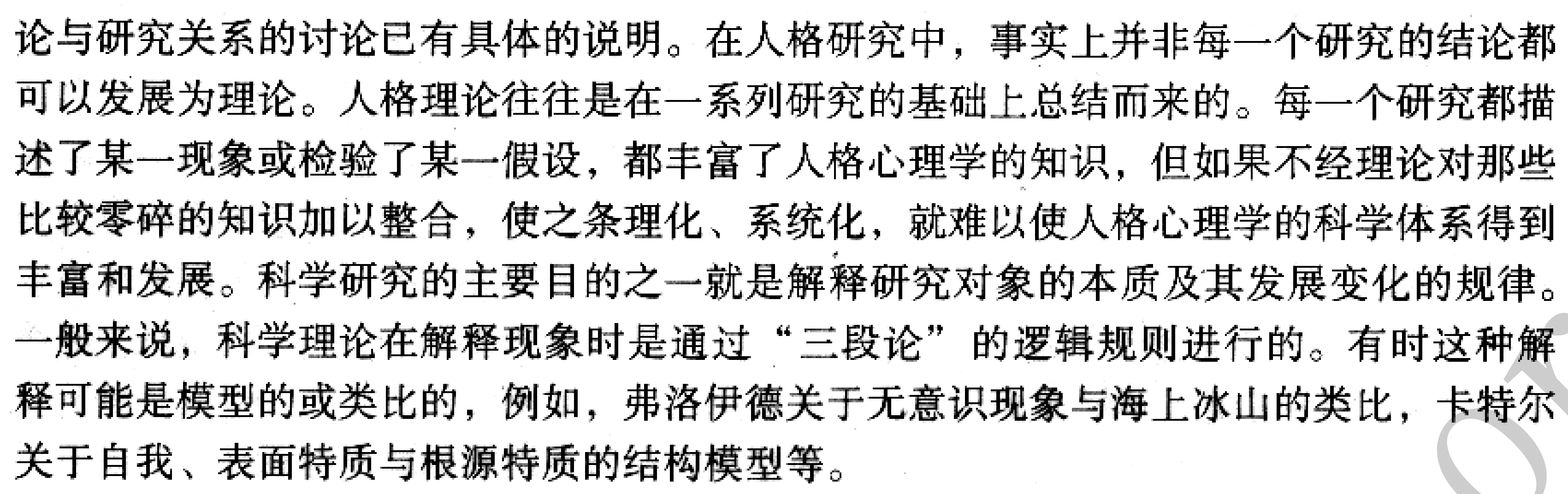
科学理论是由一定的科学概念、概念间的关系及其论证所组成的知识体系，其核心是经过某些实践检验而被验证了的一系列假说。理论与假说既有区别又有联系。所谓假说，是指在研究实施之前，研究者提出的现象或变量之间可能存在的关系的一种假设性陈述。这种陈述主要有条件式、差异式、函数式三种表达方式。尽管表达的方式不同，但都是以已获得的经验材料和事实为依据，并用已有的科学理论作为指导而提出的。科学假设具有推测性、可检验性、可变性、简约性和科学性等特点。假说是理论建立的基础，通过实践检验，假设可能转化为科学理论，而假设的提出又往往需要以一定的科学理论为依据。科学研究的目的在于将假说发展为科学理论，以达到对事物现象的本质和规律的认识，用以解释、预测和控制现象的变化和发展。

科学理论在整个科学认识活动中表现为一种阶段性的认识成果，对进一步的科研过程又起着指导性的作用，有着重要的方法论功能。科学理论能对人们开展认识活动起到一种研究纲领的作用，提供基本的概念、原理和方法，为达到一定的研究目的而按照一定的思维观念、创造性去筹划研究方案，设计实验，建立模型，提出某种猜想，构造一种假说等，这些认识活动都是在一定的科学理论框架中展开的。

实际上科学研究是假设检验的过程，这个过程主要包括以下几个阶段：通过经验观察发现某种新现象或新问题；为解释现象或问题而提出理论；通过理论推导出可验证的命题或假设（预测）；进一步观察实验以验证假设。在这个假设检验的研究过程中，理论参与的作用是不容忽视的。从研究的起点——研究问题与假设的提出来看，理论是研究问题和提出假设的依据之一。如果仅仅依据初步收集到的材料和事实，而没有已有理论的指导，就难以提出研究假设。即使提出了研究假设，也可能因观测不准确、取样不全面或缺乏对前人的研究和理论的了解等原因，产生研究假设缺乏科学性或研究假设相同使研究重复而造成浪费等问题。可见，理论对于提出研究问题和假设是极其重要的。理论对于研究资料的处理分析也很重要，尤其是在对研究结果进行定性分析时，如果缺乏理论背景，就难以确定定量分析的正确而有效的方法和分析的角度，也就不能从纷繁复杂的数据中概括归纳出合理的结论，以检验假设和已有的理论。

科学理论对于研究是很重要的，反之，研究可以用来检验和发展或修正理论。因此，研究对于理论也有重要的作用。了解科学中理论与研究的这种相互作用关系，对于开展研究、发展科学的理论体系都具有重大意义。

人格理论具有一般科学理论的功能，包括指导启发的功能、组织整合的功能、解释说明的功能、预测发现的功能等。人格理论对研究的指导启发作用突出表现在作为研究问题和假设提出的依据和为数据的统计分析提供理论背景两个方面。对此，上面关于理



论与研究关系的讨论已有具体的说明。在人格研究中，事实上并非每一个研究的结论都可以发展为理论。人格理论往往是在一系列研究的基础上总结而来的。每一个研究都描述了某一现象或检验了某一假设，都丰富了人格心理学的知识，但如果不经理论对那些比较零碎的知识加以整合，使之条理化、系统化，就难以使人格心理学的科学体系得到丰富和发展。科学研究的主要目的之一就是解释研究对象的本质及其发展变化的规律。一般来说，科学理论在解释现象时是通过“三段论”的逻辑规则进行的。有时这种解释可能是模型的或类比的，例如，弗洛伊德关于无意识现象与海上冰山的类比，卡特尔关于自我、表面特质与根源特质的结构模型等。

预测人格心理现象的发展变化是人格理论的重要功能。预测是根据理论所反映的心理现象本质与发展规律，按照理论所确立的现象或变量之间的关系，对人格心理现象今后发展变化的趋势与程度作出推断。预测是检验理论科学性、准确性的最佳方法之一。如果预测得到证实，那么所依据的理论也将得到进一步的支持。一般说来，一个理论预测的准确性越高，这一理论的科学性就越强，理论就越好。

三、人格的前科学理论与科学理论的关系

过去的研究表明，人格的前科学理论与科学理论之间有明显的差异，人格的前科学理论偏重于人的外部行为表现，而人格的科学理论强调人内在的心理特征，因而在认识水平上，前者较表浅，而后者较深入。人格的前科学理论具有较强的个人主观性、模糊性和特殊性，而科学的人格理论具有一定的客观性、确定性和普遍性。在日常生活中，人们运用前科学概念或非正式理论的首要目的在于实用，即解决实际问题，而对这些概念或理论是否是客观真理并不十分在意。与此不同的是，科学研究的首要目的是寻求客观的知识或真理，其次才是追求其实用价值。因此，科学家们力求通过严格的实证研究方法和一系列的研究过程来克服自己的主观性，以获得客观的、精确的和普遍性的知识，即科学概念和正式理论。

虽然人格的前科学理论与科学理论有一定的区别，但它们之间还是有一定的共同点，并且有着内在的联系。这种共同联系的基础就是前科学理论与科学理论都是一种抽象，或是对有限经验所作出的概括。科学家也是人，他们同普通人一样，生活在一定社会历史阶段和文化环境中。科学家的头脑中，不仅有科学的概念和理论，也有在日常生活中所获得的经验知识、前科学概念和非正式理论。在科学家头脑中的各种概念和理论，不管是前科学的还是科学的，总会在一定的条件下以一定的方式发生联系。通过仔细观察，我们会发现不少科学概念和理论来源于日常的前科学概念和非正式理论，前者或多或少整合了后者，与后者有某种一致性。有时科学概念和理论完全合乎常识，如“地球中心说”、某些人格理论等。

关于人格的前科学理论与科学理论的关系，我们用一个模式图来表示（见图1-1）。这个模式图表明人格的前科学理论与科学理论之间既相互区别，又相互联系和相互作用。在一定的社会经济和文化的制约下，人们通过对日常生活经验的某种抽象形

成前科学的人格理论。而这种前科学的理论往往是人格的科学理论的最初模型，专家们有意或无意地从前科学理论中吸取某些思想观念，并通过科学研究来“提炼”和验证这些观念，最终获得较为客观、精确和具有普遍性的关于人格的科学理论。人格的科学概念和理论反过来指导和制约人的社会实践，影响社会实践和文化，并进一步制约人类日常生活中的主观经验，以及人格的前科学理论的形成。另外，普通人对人格的认识也不是一成不变的，通过教育和社会传播的作用，他们的认识也会由浅入深，从日常概念的水平上升到科学理论的水平。

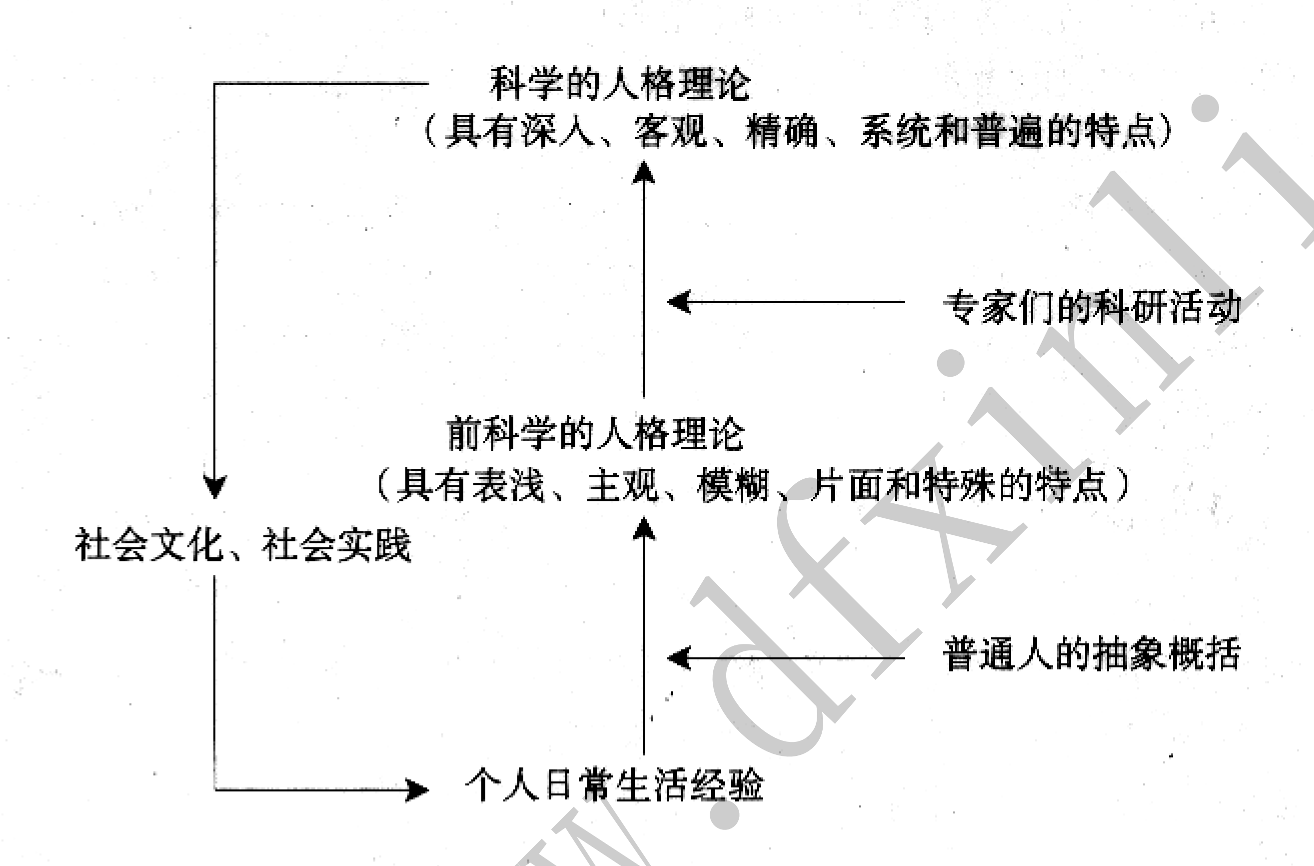


图1－1　人格的前科学理论与科学理论之间的关系示意图

综上所述，人格的日常理论与科学理论有一定的区别，前者较表浅、主观、模糊、片面和特殊，而后者较深入、客观、精确、系统和普遍。人格的日常概念与科学理论虽然有区别，但又相互联系，前者往往是后者的模型，而后者是在前者基础上的深入和发展。人格的理论起源于一定的社会文化环境和社会实践，最初通过个人经验的抽象产生前科学的人格理论，然后在人格的前科学理论的启发下，经过科学研究活动上升为科学的人格理论。形成后的人格理论又反过来对社会文化、教育和实践等产生一定的影响。如此循环往复，人类对人格的认识就不断深化发展，这就是整个人格理论的演化史。

四、范型与人格理论流派

在探索未知的进程中，对同一研究客体，研究者或由于所依据的经验事实不同，或由于理论背景、知识结构和思想传统的不同，或由于研究的具体思路、方法的不同，或由于其他心理、社会因素影响的不同，都会构建出不同的理论模型，从而形成不同的研究纲领。人类的科学认识活动就是在不同的理论模型的竞争中、不同的研究纲领的争辩



中前进的。这就是科学发展的过程。

对于科学发展的关键环节，不同的科学哲学家有不同的理解。早期的实证主义哲学家认为，科学发展的关键是通过寻找实证材料证实科学假设。后来波普尔的证伪主义认为，判别一个假设的科学标准不是证实，而是证伪，因为任何假设都不可能被证实，只有那些有可能被证伪的假设才是科学命题。科学哲学发展到20世纪60年代，出现了历史主义。历史主义的代表、著名科学哲学家库恩在《科学革命的结构》中提出了范型的概念。所谓范型是指一定时期在某一或多个学科中的多数科学家所共同接受的一套理论和方法。库恩认为，科学的发展是新的范型否定和取代旧范型的过程。例如，在物理学中，牛顿的经典物理学被爱因斯坦的相对论所取代。

目前，心理学没有一个比较公认的、能解释各种心理现象的理论体系，而只能在某些领域中形成一些理论或规律。尤其是在第二次世界大战以后，心理学中的理论建立以"小型理论"的建立为主，尽管各学派、思潮的斗争趋于缓和并有融合的趋势，仍然不能提出一个公认的理论体系。人格心理学家赫根汉认为，人格心理学中并没有像一般科学中那样严格意义上的范型，因为在同一个时期，人格心理学中并没有一个统一的范型，往往同时有多种范型或理论流派相互竞争。在人格心理学中有以下几种范型：以弗洛伊德为代表的古典精神分析学派；以霍妮、埃里克森、弗洛姆等人为代表的社会—文化学派（亦称为新精神分析派）；以奥尔波特、卡特尔等人为代表的特质论学派；以华生、斯金纳与班杜拉等人为代表的行为主义学习论学派；以马斯洛、罗杰斯等人为代表的人本主义学派；以凯利为代表的认知主义学派。人格心理学家弗里德曼和楚斯塔克认为，人格心理学中主要的范型有八种，除了上面六种相同外，还加上艾森克为代表的生物学范型，以及卡丁纳、沙利文为代表的交互作用论范型。[①] 有的人还将前苏联维果斯基、列昂节夫为代表的活动理论也看成一种范型。[②] 这样一来，就有九种范型。在本书中，我们主要讨论人格心理学八种理论范型。

这些不同的理论范型，在解释说明各种人格问题时，往往采用不同的概念、假设和理论。例如，在解释人的攻击性时，古典精神分析论认为攻击是无意识中的死亡本能向外发泄的结果，而新精神分析者则认为是因受挫折而攻击；特质论认为某些人具有较强的攻击性特征，因而容易攻击他人，其攻击性有遗传的基础；行为学习论则认为攻击性是学习（直接的或间接的）的结果；人本主义认为人基本上是善的，而暴力攻击是由于基本需要没有得到满足，难以将其美好的东西自我实现；认知论认为攻击性源于人们信息加工的方式的问题，如某人被别人瞪了一眼，而将其解释为挑衅，产生攻击反应。究竟哪种理论解释与客观事实更符合，目前还没有一个定论。也许各种理论都有一定的道理，都有正确的地方，但都有一定的片面性和局限性。这种情况与印度寓言中盲人摸象的情况相类似。尽管如此，人格理论还是有它的作用与意义。每一种人格理论都像一束投向人格这一"黑屋"的光线，照亮了黑屋的一部分，使我们看到了人格的某个部分。如果人格理论愈来愈多，最终将照亮整个人格的"黑屋"。

---

① Friedman H. S. & Schustack M. W.. *Personality: Classic Theories and Modern Research*. Boston: Allyn & Bacon, 1999. 7~8

② 郑敦淳，杨效斯，郑雪. 经典人格论. 广州：广东人民出版社，1988. 230



五、评价人格理论的标准

与一般科学理论一样，人格理论也是一种相对真理。因此，有必要对各种人格理论进行评价与检验，以便发现它们的长处与不足，选定现有理论中最好的理论并进一步发展人格理论。在人格理论的评价中，我们可以采用一般科学理论的评价标准，主要有以下几条。

（1）精确性。精确性是评价科学理论的最重要的标准。一个理论的优劣主要由其反映现象的本质和规律及变量间关系的精确程度来判定。如果一个理论精确度不高，无论其表述如何完美，也不能成为好的理论。但是，目前大多数人格的精确性有待提高，这主要是由其研究对象的特殊性决定的，随着研究方法的发展和研究的深入，这种情况将会有所改变。

（2）可检验性。科学理论的科学性的指标之一是其可检验性，包括可验证性、可证伪性和可反驳性。对于一个理论，如果去寻找其证据，获得证实或验证是容易的，它就具有较高的可检验性。如果理论的解释力很强且无法推翻它，这一理论就难以进行检验，也就没有什么用处。进行预测是检验理论的最佳方案之一。理论只有在不断地被检验的过程中才能发展和完善起来。

（3）概括能力。判别科学理论的又一标准是其概括能力。一般来说，理论的概括能力越强，所能解释的现象越多，且具有可检验性，那么理论就具有越高的功效。

（4）简洁性。在科学中，一个理论所包含的假设、所运用的概念越少，对现象的解释越简明，其简洁性程度越高。如果一个理论能以较少的概念解释较多的结果，且以可检验性为前提，那么这一理论就更易被确认。这一评判标准就是科学史上著名的“威廉·奥卡姆剃刀”。

（5）逻辑一致性。科学理论要求其知识体系前后连贯，各个概念、假设与定律之间相互吻合、印证，具有较高的逻辑一致性。否则，就难称其为科学理论。

（6）有用性。如果一个人格理论具有较广阔的应用前景，如咨询治疗、评估选拔，以及在人事管理等实践领域中有实际运用价值，这就是一个好的人格理论。

在评价人格理论时，我们不仅要考虑上述一般性的标准，而且要考虑人格理论本身的特点，采取有针对性的评价方法。人格理论更多的属于社会科学的范畴，在理论的精确性、可验证性与简洁性等方面都不如自然科学理论。我们不能因此而全盘否定人格理论。在评价人格理论时，我们要坚持两点论与历史主义的观点。

所谓两点论，就是把科学理论看做是相对真理，其中存在绝对真理的成分，有长处，有优点，也存在缺陷与不足。在评价理论时，我们不仅要看到该理论的优点与长处，而且要看到它的不足与缺陷。只有这样，我们才能发挥其优点与长处，克服其缺陷与不足，推进人格理论向绝对真理逼近。坚持历史主义的观点，就是要看到理论产生的历史背景与社会根源，看到理论的思想渊源与后继影响，把该理论放到当时的历史和社会背景中去考察与评价。只有这样，我们才能看到历史上各种人格理论的积极与进步意

义。否则，完全用现代人的眼光去看过去的理论，很可能将过去的理论说得一无是处，陷入历史虚无主义的泥坑。

六、人格理论的基本问题与基本设想

在人格心理学中，有一些问题是任何人格理论家都不能回避的问题，对这些问题的回答往往表达了他们的核心思想，树立其人格理论的基本框架。这些问题就是人格理论的基本问题，而对这些问题的回答就成为人格理论的基本设想。对于人格理论的基本问题与基本设想，吉尔和齐格勒（1981）进行过较为深人的探讨，提出了九个基本问题。对这些基本问题的回答产生了九个基本设想。① 这九个基本问题及其基本设想如下：①自由意志—决定论；②理性—非理性；③整体说—原素说；④素质论—环境论；⑤主观性—客观性；⑥前动性反应性；⑦稳态—异态；⑧可知性—不可知性；⑨可改变—不可改变

以上九对基本设想分别构成两极连续体。任何重要的人格理论都可在每一连续体上找到一定的位置。吉尔等人重视对人格理论的元心理学分析，强调在双极连续体上的位置是相对的，而不是绝对的。以维度、量的观点分析人格理论有利于探讨各种人格研究在基本设想方面的不同程度与涉及的不同范围。以这些基本设想为基础，每种人格问题的研究都可用它们来进行区别。换句话说，从这些基本设想可以看到人们对另外一些人是如何认识、如何对待的，如何使他们形成观点和学说的。我们要知道这些基本设想并非在形成学说时预先确定的，它们是在学说形成以后别人对之所作的分析。这里我们将对这些基本问题与基本设想加以解释。②

（1）自由意志—决定论（freedom-determinism）。自由意志—决定论维度表现为一个人在指向和控制自己的日常生活中有多少内部的自由，他的行动在多大程度上是由意识以外的因素决定的。有的人格理论把一个人看做类似于一种自动装置；有的则认为人不是机器，也不可能受无意识动机的束缚。人是自身的寻找者、生活意义的创建者与主观经验的感受者。人对自己的行为是有意识的、自主的，他能在某种程度上超脱环境对他的各种影响，这种人格理论居于自由意志设想的一端。反之，决定论者认为一个人的心理生活、情绪活动和全部行为中的任何事件都不是孤立和偶然产生的，而是由已知的、未知的各种原因或力量所引起的，如无意识动机、外部刺激、早期经验、生理过程、文化影响等。

（2）理性—非理性（rationality-irrationality）。一个人可能在多大程度上通过他的理智（如果存在的话）改变自己的行为？有关这一问题的看法可在理性—非理性维度的位置上表现出来。在维度的理性这端，主张人主要是有理性的个体，能够用理智指导自己的行为。另一端主张人实际上是受非理性力量支配的。虽然极端的人格理论并不多

① Hjelle L. A. & Ziegler D. J.. *Personality Theories*（2nd ed.）. New York: McGraw-Hill, 1981
② 陈仲庚，张雨新．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．20～24

见，但基本设想上的维度正好能够区别它们。凯利强调认知和智力过程对人的行为有最大影响；而弗洛伊德精神分析理论则强调无意识的心理活动的重要性，正是我们恶性膨胀的本我阻碍我们成为精神生活的主人。我们真是自己命运的主人吗？真是行为航船上的舵手吗？还是被一些连我们自己都不能认识的非理性力量所控制的对象？这一讨论的核心在于这些力量的内容及它们对人类行为的操作过程。

（3）整体说—原素说（holism-elementalism）。整体的设想是强调行为要从全体来研究，原素的设想则认为要从特殊的、相对独立的成分来逐个探讨。对人格的特点必须分开来看待，还是不能分析的？整体说认为人只能是完整的实体，对机体越加分析，则越成为抽象的和不真实的人。原素说认为人格的科学研究必须从其组织的部分着手，必须掌握特殊的确切材料，必须以完全可验证的元素主义理论为指导，才能有效揭示人格的本质与规律。

（4）素质论—环境论（constitutionalism-environmentalism）。人的基本特性有多少是由躯体或素质决定的，有多少是由环境影响造成的？虽然这是一个古老的问题，但今天依然存在。有关这一问题的基本设想影响着人格的概念与结构。古希腊的气质体液说、20世纪的多种体型论和弗洛伊德的本我概念都认为，人格是依赖或固定于人体素质而遗传下来的。环境理论也有较长历史，而行为主义强调学习是人格形成的基础，环境塑造人的行为等观点都是较晚提出的。强调学习的重要性是由于学习是一种心理过程，环境通过它来塑造人的行为。当然，目前心理学界多数人主张素质与环境相互作用的理论，认为素质因素所起的作用因环境不同而有所异；环境作用的影响也因人如何运用这些素质因素而有所不同。

（5）主观性—客观性（subjectivity-objectivity）。这一维度表现人是否存在个人的、主观世界的经验，它对行为具有多大影响，或者对行为的影响是否主要来自外部因素的作用。这种不同的看法是现象学与行为主义心理学的分水岭。罗杰斯认为人的内部世界比外部环境刺激对其行为有更大的影响。外部见到的行为如无内部经验作为参照，仍是不可理解的东西。偏于主观性维度的人格理论认为，经验的科学研究是心理学的首要任务。反之，斯金纳强调对行为进行严格的科学分析，人的行为和特点只不过是与人类发展条件和个体生活条件都有联系的物质系统。因此，偏于客观维度的人格理论主张，人格就是由这些外部客观因素对人的作用而形成的。他们重视人的客观行为事实以及这些行为与外部世界中可测量的因素的相互关系。

（6）前动性—反应性（proactivity-reactivity）。这一维度涉及产生行为的诱发性，即行为由什么引起？活动的真实原因应该到哪里去找？行为是内部活动本身，还是对外界刺激的一系列反应？偏于前动的理论认为，一切行为的根源在于人的内部而不在外部，人是主动的，并且是前动的，因为人有自己的目标、期望与理论。心理学家构建这样的人格理论，就要说明人如何产生这些前动和主动行为。偏于反应的理论认为，行为就是对外部世界的刺激而产生的反应。人的内部并不产生活动，活动是对外部因素的反应。行为主义认为可以设想一种完全以刺激反应为基础的心理学，而个体的主观存在则完全没有重要性。反应性理论强调在人格研究中探讨刺激—反应与行为—环境之间的相互关系。

（7）稳态—异态（homeostasis-hoterostasis）。稳态—异态维度主要涉及行为的动力（动机）。一个人的行为动力是什么？是消除紧张而达到内部平衡状态，还是不断成长而自我实现？道拉尔和米勒认为，人格的特点由学习而来，学习涉及强化与内驱力的相互关系。强化可以减低内驱力原先的强度，从而消除张力，达到内部平衡，其后新的内驱力又使机体失去平衡，再由解除张力来恢复平衡。这种人格理论认为，若没有稳态作为动机的基础，人格的发展就没有可能。异态的理论与此相反，罗杰斯、马斯洛等人强调行为的其他动力，认为人是不断地成长向上的，他的生活不仅为了减低内驱力，更重要的是寻求新的刺激，追求变化，通过不断地打破平衡来求得发展，达到自我求知、自我求成。关于人格问题的研究，持稳态观点的心理学家则探讨本能、内驱力的性质和不同类别，张力的动态状况，减低张力过程中的各种心理（人格）机制等。持异态观点的心理学家则探讨自我实现的性质和发展过程、自我实现中动机的整合过程、面向未来的努力、自我实现的各种方式等。

（8）可知性—不可知性（knowability-unknowability）。这一维度表现人的行为和本性是否可根据科学方法而被认识，还是有某些超越科学而不能为人认识的东西？华生认为，通过系统观察和实验，行为的原理和规律都可以被揭示。行为学派长期以来从事理论和实验工作，探究人格的规律，他们以严格的科学思考方法测试和验证这些规律。与此相反，维度的另一方面表现人本性不可知的论点，如罗杰斯认为，每个人都在不断改变的主观世界中生活，主观经验是他的中心和本质。人的经验是个人的、私有的，人的本性只有通过个体自身的主观经验才能被认识，因此，自我经验的研究就是人格研究的中心任务。

（9）可改变—不可改变（changeability-unchangeability）。几乎所有人格学说都重视人的生活历史或发展前景的重要性。这里要说的是一个人在一生中其人格是否可能发生根本性的变化。变化是人格发展的固有特性吗？是表面的还是实质性的？对于这个问题，不同人格理论家有不同的看法。埃里克森认为，人格在一生中始终变化着，在人生的每一个发展时期都有其特殊的心理危机。一个人如何应对、处理与渡过危机，影响他在下一阶段人格发展的方向。但是，弗洛伊德则认为，早期经验对人格的发展起着根本性的作用，一个人的基本人格结构在婴幼儿阶段就基本定型了。也许个人的表面行为可能发生改变，但其内在的人格结构是不变的。

在分析评价人格理论时，我们可以采用上述人格理论基本设想的连续体来进行。首先，我们可以确定某个人格理论在这些连续体上的位置，把握其理论的主要立场与基本框架。然后，我们还可以在这些连续体上将其与别的理论比较，发现它们之间的相同点与不同点，把握它们之间的相互联系与相互对立，从更高、更广的角度理解该理论。在分析人格理论时，我们要注意到某些基本设想之间存在一定的逻辑联系，如意志自由论与主观性的基本设想有逻辑联系，反应性与客观性的基本设想有逻辑联系。主张意志自由的理论家，一般都强调主观性，而主张反应性的理论家多半会强调客观性。并非每一种人格理论都全面探讨所有的基本人格理论问题，不同的人格理论家各有侧重。因此，有的理论家在某些基本问题上探讨较多，从而在这些问题上有明确的基本理论设想，而对另一些基本问题不够重视，没有形成自己明确的主张。



第四节　人格心理学方法

人格心理学家不仅要提出一种解释人格的概念、理论与假设，而且需要通过一定的研究方法与途径来检验这些理论与假设。否则，它们始终仍是一种理论或假设，不能成为科学的理论与假设。因为，凡是科学的理论与假设都必须通过具体研究来检验。在人格心理学研究中需要遵循的方法论原则有哪些，其研究的主要途径与方法是什么，这些途径或方法有何优点与不足。本节将讨论这些问题。

一、一般方法论原则

一门真正的科学和一个富有成效的研究都有其科学的方法论基础。随着科学的发展，科学方法论也在不断地变化和发展，其发展趋势是朝着更完善、更正确和更科学的方向前进的。为了使人格心理学的研究具有更牢靠的方法论基础，我们将从心理科学方法的发展趋势中确定其方法论的依据。

（一）理论探讨与实证研究的结合

自从心理学从哲学中分化出来，心理学家们力求向自然科学学习，企图使心理学成为一门像物理学、生物学那样的规范化的自然科学。在自然科学的影响下，许多心理学家几乎完全接受了自然科学中实证主义的科学方法论，因而在心理学中形成了占据主导地位的“实证倾向”。所谓心理学中的实证倾向，是指多数心理学家关于心理学研究的一种信念，即只有客观的观察、实验和能够重复的研究才是科学的，而对理性分析和探索抱怀疑和轻视的态度，并且以这种观念作为评价一个研究是否科学的主要标准。

长期以来，这种实证倾向支配着多数心理学家的研究行为，查普林、罗伊斯等人在分析心理学的历史和现状时指出，心理学家像自然科学家那样，利用客观的观察和实验方法来收集经验事实，并借助定量或统计的方法来分析和解释其研究结果。他们重视经验事实，而忽视理论研究，以逻辑实证主义的方法论来指导他们的研究工作。在心理学的历史发展中，实证倾向有其进步意义和历史功绩，它使心理学逐渐摆脱纯哲学的思辨，走向科学，促使心理学的研究方法更加客观和严密，并取得了大量的、可验证的成果。但是，我们也要看到，心理学研究的实证倾向也有其消极的一面。实证倾向的心理学家由于只相信实证材料，轻视理性思维的作用，使得心理学的报告中充斥着方法的描述、图表的罗列和数据的堆砌，而缺乏深入细致的理论分析，其理论分析常常限于就事论事。

虽然实证倾向在心理学研究中居于主导地位，但仍然没有完全消除与其对立的另一种倾向，即心理学研究中的思辨倾向。这种倾向来源于科学心理学诞生之前的哲学心理学，它强调理性思辨的作用，而忽视实证的经验事实材料。重视理论分析，有助于建构



完善的理论体系。但是，忽视经验材料会使理论分析流于纯粹的思辨和无效的理论空谈。这种倾向虽在心理学中不占主导地位，但它不时从心理学研究中表现出来。我们常常看到一些心理学文章，整篇都是理论分析，缺乏事实材料为依据，理论与实际相脱节。

从上面的讨论可以看出，心理学研究中的实证倾向和思辨倾向都有其片面性，同时也有一定的合理性。在心理学研究中，理论分析和实验研究并不是完全对立的，实际上它们是科学心理学研究的不可缺少的两个方面，实验研究的深化有赖于理论的指导和理论分析，而理论的分析和建构又必须依赖实验材料的支持。因此，在社会心理学研究中，有必要把理论分析和实验研究结合统一起来，不仅从理论上深入探讨社会心理学研究的课题，构造一个全面的理论体系；同时，根据理论体系或模式来精心设计研究方法和指导具体的实验研究；最后，将理论模式和实验研究材料结合起来，进行全面的分析和讨论，得出有理有据的结论。

（二）定性研究与定量研究的结合

从心理学的定性和定量研究这一角度看，心理学的历史发展可以分为三个阶段：第一个阶段是现代科学心理学出现之前的定性研究阶段，以哲学思辨为主；第二个阶段是以自然科学研究为样板的定量研究阶段，在这一阶段中伴随着以胡塞尔的现象学为基础的定性研究方式的发展；第三个阶段将是定性研究和定量研究两种研究模式并存互补的阶段。

从当代心理学的状况来看，心理学研究方法的发展仍处于第二个阶段，即定量研究为主导的阶段。对于当代多数心理学家来说，数据和统计的定量研究在他们的研究中占有绝对重要的地位。他们认为数据最能说明问题，统计最有说服力，并试图用数学去改造心理学。只要翻开当代心理学的文献，心理学研究的数量化这一特征就再明显不过了，因此，前苏联心理学家安纳耶夫在论及心理学方法时称，现代心理学的进展，在很大程度上是同心理学中的实验方法和数学方法的发展密切联系着的。现代心理学的数学化将无一例外地推广到心理学的各个分支学科中，从这个意义上讲，在不久的将来，心理学可能成为一门数学科学，如同它现在已经成为一门试验科学一样。的确，对于大多数心理学家来说，研究中是否运用数学方法，已成为他们衡量研究水平高低和科学的重要标准。

心理学研究的定量化使心理学研究更加精确和严密，但是，我们要看到作为定量研究基础的心理统计学本身就不是绝对完善的，还存在着这样或那样的缺陷。而且，从唯物辩证法的质量统一观来看，质量和数量是客观事物不可缺少的两个基本规定，它们之间有区别和对立，但又相互联系和对立统一，既没有离开质的量，又不存在没有量的质。人的心理现象同其他事物一样，同时具有质和量两个方面。这就规定了心理学研究应同时重视定量分析和定性分析，并将两者结合起来。心理学研究的定量分析揭示变量和因素之间的数量关系，其目的是为了服务于定性分析，以便对心理现象的本质、意义进行描述和解释。因此，过分追求数量化，只在数据上兜圈子，认为“只有采用数学方法的科学才是真正的科学”的观点是片面的和不可取的。

在人格心理学研究中，我们应该坚持质量统一的观点，在理论模式的指导下，确定研究的变量的量化指标，这一方面使量的分析服务于质的分析，另一方面使质的研究有了量的依据，从而把定性分析和定量分析统一在同一个研究之中，以取得更好的研究成果。

（三）元素分析与整体综合

现代心理学产生的历史背景和心理学发展的历史，促使心理学家们创造了一种特殊的研究模式或方法，即还原论的元素分析法。心理学家们在研究心理现象时，倾向于把现象整体分解为部分或因素，根据所研究的主要问题挑选出因变量、自变量和控制变量，通过观察或实验得到这些变量的变化情况，从而在部分或因素水平上解释处于整体水平的心理现象。虽然心理学界不断有人（如格式塔心理学家和人本主义心理学家）批评以部分解释整体的元素分析方法，但是这种方法在心理学研究中仍占据统治地位。元素分析的研究方法或思维方式使心理学家能够深入研究某一具体问题，了解心理现象的各个具体部分或因素的情况。但是，单纯的元素分析方法难以从总体上把握心理现象，常常会导致“只见树木，不见森林”的结果。因此，许多心理学家只是从事某一具体问题研究的“专家”，而不是心理学的“全家”。

元素分析的思维方式在一定程度上促使了心理学流派的瓦解，并代之以众多的小型理论。由此，还进一步推动了心理学的分化，形成了为数众多的心理学分支学科。这种高度分化的现象是心理学繁荣的标志之一，但是，我们同时要看到心理学的发展不仅需要高度的分化，而且需要高度的整合。就目前心理学研究的状况来看，分化和分支过多，缺乏整体的综合，这对学科的发展是不利的。这种状况为心理学研究的方法论提出了新的要求，即改变单纯的元素分析的研究模式，而代之以分析和综合相结合的研究模式。近几十年现代科学的发展，特别是系统论、控制论和信息论等系统科学的产生和广泛运用，使这种要求有可能成为现实。

从系统科学的观点来看，心理现象本身就是一个具有一定结构和功能的系统。人的心理系统一方面是更大的系统，如社会文化系统中的一个子系统；另一方面它本身也包含了许多子系统，以及不同层次、不同水平和不同序列的亚系统，高层次的系统整合着子系统，但不是子系统的简单相加。因此，在研究心理现象时，我们应该把它放在心理系统与外部系统之间、心理系统中各子系统之间的相互联系和相互作用中去把握，采用既有部分或元素分析，又有整体或系统综合的研究方法。

在人格心理学研究中，我们不能采用单纯的元素分析方法把人格心理现象孤立起来进行研究，而应把它放在心理系统以及更大的社会文化系统中去探讨，把它与个体的其他变量如年龄、性别、学历、智力等联系起来研究，把它与个体之外的社会文化变量如生态环境、生存策略、民族文化、社会组织、社会化和教育等联系起来研究。这样的研究不仅有整体的综合，而且有元素的分析，是两种研究方法的综合。因为，从系统科学的观点来看，单纯的综合研究只能使我们对课题有一个笼统而不精确的整体了解，单纯的分析研究使我们只能了解到有关课题的一些互不关联的方面或局部的现象和特征，只有通过分析和综合相结合的研究方法，才能使我们既能了解到课题的各个部分或因素，

又能把握这些方面或因素的相互联系和相互作用，以及由此构成的整体。

随着系统科学方法在心理学中的应用，近年来，在心理学研究中还出现了研究方法的多学科化和综合化的趋势。心理学家们越来越清楚地认识到，心理现象的维度是多方面的，影响因素是各种各样的，只从某一分支学科的角度是不可能全面准确地把握心理活动的规律的，而必须同时运用心理学各分支学科，乃至其他相关学科的理论和方法来展开研究。同时，在研究中必须采用多种多样的研究方法，因为每一种方法都有其优点和局限性，综合采用谈话、观察和实验等多种方法，可以对不同方法所得的结果进行相互比较和验证，提高研究结果的可靠性。另外，在研究设计上，还应该采用多变量设计，因为只注重分析单变量和单变量之间的关系，难以揭示心理活动中多因素、多维度之间及其与多种复杂影响因素之间的相互联系和相互作用。在人格心理学研究中，我们应该采用多变量（人格特征、行为活动、认知方式、教育和社会化、社会组织结构、生态文化变量等）的研究设计、多学科（认知心理学、教育心理学、发展心理学、人类学和社会学等）和多样化的研究方法（谈话、现场观察和调查、心理测验与心理实验等）。

（四）心理学研究中的生态化趋势与现场研究

近几十年以来，心理学研究中出现了生态化的趋势。这种趋势强调在真实、自然的情境中研究人的心理活动，以提高研究的外部效度，提高研究结果在实际生活、工作实践中的可应用性和普遍实用性。

心理学研究的生态化趋势主要起因于心理学家们对实验室研究的局限性的认识。我们知道实验室研究具有许多明显的优点，如对变量的测量精确、控制严格等，但是，随着心理学研究的深入，实验室研究固有的缺陷，如人为性、一次只能考虑少数几个变量、外部效度低等日益暴露出来。由于实验室研究情境是人为创设的，且研究变量受到严格控制，因而实验情境的真实性受到破坏，使被试的心理和行为表现与自然情境中的心理和行为表现相差很大。这样，就削弱了研究的外部效度，使在实验条件下获得的结果是否仍然能在自然条件下获得，是否实用于自然情境成为一个问题。为了克服实验室研究的局限性，许多研究者主张心理学研究应当走出实验室，到现实生活中去，在真实自然的情境中研究心理活动的规律，以保证研究结果具有较高的外部效度和应用价值，于是出现了心理学研究生态化的思想倾向，而生态学的发展及其对心理学的影响，以及心理学研究方法和技术的提高使这种思想倾向变为现实。

生态学是20世纪末在生物科学中成长起来的一门科学，它研究生物个体和群体及其生态环境，以揭示有机体与环境之间相互联系和相互作用的规律。在研究方法上生态学家一般采用描述性分析方法。在研究方法上，心理学家并不局限于生态学家所强调的自然观察法，而是以生态学的观点来指导心理研究，使心理研究走出实验室，把实验室固有的严格性移植到自然真实的家庭、学校、社会和文化等环境中去，并在其中把握心理现象与种种环境因素的相互关系，从而提高研究的外部效度和生态效度，以及可应用性。这种研究既不同于传统实验法对实验室的依赖，又不同于传统观察法为真实性牺牲严密性，它强调研究情境必须是自然的，但研究本身同时也必须是严格的。为了做到这

点，研究者普遍采用现场实验、现场观察和多变量相关研究等方法，而在现场实验中往往采用准实验设计。

在人格心理学研究中，我们应该以生态学的观点为指导，到研究被试的自然真实的家庭情境和工作场所中进行观察、谈话、调查、心理测验和实验，也即进行现场研究，而实验研究采用的是准实验设计，以提高研究结果的可靠性和可应用性。

（五）伦理性原则

伦理性原则是人格心理学研究尤其需要强调的原则。人格心理学直接以人为研究对象，并且在研究时经常需要隐藏真实的研究目的。因此，人格心理学研究中如何避免给被试带来伤害，就成了不可回避的问题。从伦理道德的角度说，用欺骗的手段诱导被试参加人格心理学研究，在他们不知情的情况下进行研究，本身就是违背道德的事情。在人格心理学研究中，确实有某些实验会对被试的身心造成一定的伤害或不利影响。

由于人格心理学研究中容易出现伤害被试的情况，大多数人格心理学家都赞同，心理学研究要遵循科学的伦理原则，必须做到以下几点：

第一，被试自愿参加，即在进行研究之前，研究者应征得被试的同意。通常情况下，研究者有义务让被试在参加研究前尽可能多地了解研究的情况。

第二，接近真实生活，即研究情境应尽可能靠近被试日常已经习惯的生活，使其成为自然环境，从而避免研究对被试造成不利影响。

第三，有利的研究设计。首先，这个研究不仅对人类的社会福利有意义，而且已经最大限度地考虑到了被研究者的利益；其次，研究要尽可能减少欺骗措施的运用；再次，研究要尽可能减少对被研究者的不利影响。

第四，被试自愿终止。在实验过程中，当被试对研究出现不良反应，意识到研究对自己不利，或对研究不再有兴趣时，被试有随时退出研究的权利。在任何情况下，被试都不应在被迫的条件下参加研究。

第五，充足的补救。如果研究出现了对被试的不利影响，研究者必须本着维护被试个人权利和彻底消除不良影响的原则，及时终止研究，并对受影响者做充分的心理补救，直到他们恢复到研究前的状况。

二、人格心理研究过程

人格心理学与众多心理学分支学科交叉，与许多学科相关，因为人格问题成为心理发展研究的焦点，正常和变态心理研究的焦点，是知、情、意的核心，是学习和适应研究的焦点，是生物性与社会性研究的焦点，是个别差异和共同性的焦点等。人格心理研究的发展势必要受制于整个心理学以及相关学科的发展，只有生物科学、计算机科学、统计学、人类学和社会学以及心理学等相关科学发展到一定程度，人格心理学才有深入发展的可能。

由于人格是多变量、多因素和多层次的复杂和整体性的现象，心理学家难以进行严

格的实验，对人格这一整体现象进行分解与控制是十分困难的。同时，由于研究需要用人做被试，因而对研究被试的身心有潜在的危害性，甚至有可能涉及种族、政治问题。因此，欧美心理学界制定了心理学的伦理原则，以排除人格研究的各种潜在危害性。

人格心理学的主要研究过程包括三个阶段：第一阶段为观察与描述，研究者观察与描述有关心理现象和问题，收集有关的事实材料；第二阶段为理论与假设，研究者对观察到的现象与问题提出概括性、解释性的理论，并通过推论作出假设；第三阶段为检验，研究者运用操作性的研究方法来检验假设，以支持或反证该理论。下面我们通过一个具体例子来说明这三个阶段。

第一阶段：我们观察到孤独者常常离群索居（观察与描述）。

第二阶段：我们可以提出解释性的理论，如他们由于缺乏良好的社交技能，以致不能与他人建立和维持良好的社会关系（理论）。我们根据这一理论可以推论出以下假设：

A. 孤独者比非孤独者较少主动参与或引发谈话。

B. 孤独者较少能准确了解别人对他们的看法。

C. 孤独者在社交场合有较多的不适当的言行。

第三阶段：我们可以通过以下操作性的研究方法检验上面的第三个假设。

A. 记录孤独者和非孤独者与陌生人谈话时不适当言行的次数，并作出比较。

B. 询问孤独者与非孤独者的同室，他们做出不适当言行的频率各是多少。

C. 编一个测验，以判断孤独者和非孤独者了解社交规则的情况。

如果以上三个方面的数据都表明孤独者的社交不适当言行高于非孤独者，则我们可以说上述有关孤独者孤独原因的理论得到实证材料的支持。

三、主要研究途径

虽然在1937年奥尔波特发表其名著《人格：心理学的解释》，开创了人格心理学这一分支学科，但作为人格的科学研究早在20世纪初就逐步形成了三种主要的传统或研究途径，这就是临床研究、相关研究与实验研究。

（一）临床研究

临床研究，亦称为个案研究（case studies），这种方法着重从个体化和特殊性方面去研究人格，以独特的个体为研究对象，通过谈话、观察、作品分析等方法广泛地收集材料，以便对个体的人格进行全面和准确的定性描述，进行系统而深入的研究。这种研究方法源于19世纪以沙可为代表的法国临床精神病学对病人的诊断与研究方法，这种方法被弗洛伊德及其追随者加以继承与发展，后为莫里、罗杰斯与凯利等人进一步发扬光大。

我们若要研究电视暴力片与攻击性行为的关系，可以采用临床研究的方法来进行研究。例如，我们可以找某个或某些具有较强攻击性的儿童或青少年作为个案进行研究。

通过谈话、观察与调查大量收集个案的有关材料，并进行系统与深入的分析，就有可能确定他或他们的暴力行为是否与暴力性的电视有关。我们可以设想暴力性的电视产生了模仿的作用，促进了个案侵犯性动机的形成，并向个案演示了攻击的方法与技巧。

临床研究具有一些突出的优点，这种方法提供了一个机会，使我们可以了解到一个活生生个体的心理与行为活动，获得大量有关的信息资料。由此，可以诱发我们的直觉，洞察其人格的本质特点，提出有关前因后果的种种假设与定性的分析。临床方法由于以特殊的个体（通常为有某种心理或精神问题的人）为研究对象，强于质的综合判断，弱于量的分析比较，且难以直接引出普遍性的结论，而容易产生以偏概全的结论。强调科学实证原则的学院心理学家常常批评这种方法缺乏科学的严谨性，认为临床研究过程中，研究者的观察缺乏客观性，观察中常常掺杂着自己的主观猜想与推论，其研究中提出的理论与假设难以通过操作性的研究来检验，其研究或观察难以被别人重复等。

有趣的是，通过临床研究来构建人格理论的大师们往往接受过严格的科学方法的训练。例如，弗洛伊德在成为精神分析家之前是一位优秀的生理学研究者，莫里在成为心理学家之前受过生物化学研究的训练，而罗杰斯对心理治疗过程的科学研究作出了重要贡献。可见，不是这些强调临床研究的理论家不懂得科学的实证原则，或者拒绝这些原则，而是他们为了更好地观察活动着的个体，从理论上更好地勾画出个体异常复杂的人格，而放松了科学实证原则的某些限制。

（二）相关研究

相关研究主要运用测量与统计的方法，在相同条件下，考察一组被试的两个或更多个变量之间的定量关系，由此来确定这些被试之间在某种人格特征上的差异，以及人格特征之间、人格特征与别的因素之间的相关情况。例如，我们可以通过测验与统计分析确定学业成绩与成就动机、自我概念和考试焦虑程度等因素之间的相关程度。相关研究的方法起源于英国学者高尔顿的研究。高尔顿受达尔文进化论的影响，开创性地研究了人类个体的差异及其与遗传的关系。他强调了三个因素，即个体差异、测量与遗传素质；同时重视将测验、评估、问卷运用于大量的被试，提出了相关系数的概念，以确定成组数据之间的定量关系，这些因素至今仍然是人格的相关研究方法的主要特征。高尔顿的研究被皮尔森以及后来的卡特尔、艾森克等人所继承与发展。

对于上述电视暴力片与儿童攻击性行为的关系问题，不仅可以采用临床研究方法，也可以采用相关法来进行研究。当我们采用相关法来研究这一问题时，我们可以通过观察记录一组儿童中每个儿童一周内平均每天看暴力性电视的时间与平均每天攻击性行为的次数，这样我们得到了两组数据。再通过统计的方法，计算出两组数据之间的相关系数。如果相关系数通过检验并有显著性，我们可以确定暴力电视片与儿童攻击性行为存在某种关系。虽然我们确定它们之间存在相关，但不知道究竟谁是原因，谁是结果，我们不知道是观看暴力片导致攻击性行为增加，还是儿童本身具有较强的攻击性才看更多的暴力电视片，因为在统计学上我们不能从相关系数的显著与否直接推论出是否存在因果关系。要验证两个变量之间的因果关系只有通过实验法，而非相关法，这是相关研究法存在的主要局限性。



同时，我们要看到相关研究法也有一些明显的优点。第一，相关研究一般比临床研究和实验研究更容易操作，且更省时间，因为它可以通过同时测试或调查成批被试，在短时间内获得研究变量的大量数据。第二，由于相关研究无须严格控制与操纵变量，这就使得其结果比实验研究更可能符合研究对象的自然形态与实际的情况，减少研究的人为因素，提高其生态效度。第三，相关研究法使我们可以研究一些实际上或伦理法律上无法控制或操纵的变量，如性别、年龄、家庭出生等。例如，在道德上我们不能教育或培训一个杀手来研究环境教育对人格和犯罪行为的影响。第四，在现实中存在着许多不同因素之间相互作用、互为因果的关系，对于这种情况我们没有必要通过实验法来确定它们之间谁是因、谁是果。而且，一旦我们确定两个变量之间不存在显著的相关，我们也没有必要做进一步的实验研究来确定它们之间的因果关系。

（三）实验研究

实验研究方法要求严格控制条件，系统地操纵某个或多个变量（自变量），以期导致另一个或另一些变量（因变量）的某种变化，从而作出因果性的结论。例如，我们可以操纵作业的难度或时间限制，看具有不同人格特点（如内外向性或情绪稳定与不稳定特质）的被试的作业成绩的变化，以了解作业难度与紧张程度对不同人格特点的被试的影响。与强调个体的临床研究不同，实验研究一般要求较多被试。与强调个体差异的相关研究不同，实验研究强调探讨对所有人都适用的一般规律。与临床和相关研究都不同，实验研究要求对自变量进行操纵，由此得出因果性的结论。

人格的实验研究传统源于冯特、艾宾浩斯与巴甫洛夫。大约与沙可在法国进行临床研究和高尔顿在英国进行相关研究的同时，冯特在德国建立了世界上第一个实验心理学的实验室。冯特强调把心理学建成像物理学那样的自然科学，采用自然科学的实验研究方法来进行心理学研究。冯特之后不久，艾宾浩斯进行了他的记忆研究，巴甫洛夫进行了经典条件反射的研究，这两个研究成为心理学的实验研究的典范，对后来有关人格的实验研究产生了极大的影响。此后，华生、斯金纳以及当今的认知心理学家都强调运用实验研究方法来探讨人格心理问题。

关于暴力性榜样对儿童攻击性行为影响的问题，班杜拉进行过经典性的实验研究。他让A、B两个组的幼儿园的小朋友分别观看两个榜样的表演（现场的和卡通的情境）。A组幼儿看到一个榜样正在玩工艺玩具，对旁边的一个橡皮玩偶无动于衷。B组幼儿看见一个榜样不断地殴打橡皮人的面部，用球棍打它的头，怒气冲冲地骂它、打它。稍后，让这些孩子遭受一定的挫折，并与玩偶同处一室，再观察这两组幼儿的行为反应有何不同。与A组幼儿相比，B组幼儿对挫折产生了非常多的攻击反应，他们也像榜样一样，对玩偶又打又骂。可见，幼儿通过对榜样的观察，可以习得攻击性行为模式。

实验研究具有某些临床研究和相关研究无可比拟的优点，它不依赖自我报告材料，而力求客观性，对变量的控制严密，能够操纵变量，作出精确的定量分析和因果性的结论，因而这种研究往往被看成是理想的科学研究。但是，在人格研究中，并不是多数人都喜欢运用这种方法，这种方法也存在许多限制与缺陷。由于实验情境本身的限制，使得研究结果不可避免地带有一定的人为性，因而其结论难以直接推广到人们的日常生活

中。在冷冰冰的实验室条件下，究竟能够在多大的程度上研究诸如幻想与恋情等重要的人格心理现象呢？实验研究要求对变量进行严密控制，一次只能对某个或某几个少数变量进行研究，这不仅不能把握众多相互联系、相互作用过程的人格因素，而且会对许多主观的、复杂而又重要的东西视而不见。为了严谨性与客观性而牺牲主观性与意义性，这就是许多人格心理学家不采用实验研究而采用临床研究或相关研究的主要原因。实验研究以客观性著称，但作为实验对象的人具有高度的主观性、能动性与独特性，因而实际上实验方法难以彻底排除实验对象的主观认识和态度对实验过程的污染。所以，像斯金纳等实验主义心理学家干脆用动物来做实验，以保持实验的纯客观性。但是，动物心理的研究能够说明人的高度复杂的人格心理现象吗？

综上所述，人格研究的三种途径各有其优势与限制，我们不知道究竟哪一种更好。实际上，三种途径殊途同归，都是为了共同的科学目标，即发现事实、建立理论、揭示变量中规律性的关系。正因为如此，一些人格心理学家试图把不同的研究方法结合起来，扬长避短，以取得更佳的研究成果。例如，特质理论家艾森克就力求把相关研究与实验研究结合起来。他在研究内外向特质时，不仅运用了问卷测验来获得大量数据，进行相关与因素分析（典型的相关研究法），而且运用实验室研究方法探讨特质与神经生理指标的联系。莫里也曾试图把精神分析的深度会谈法（典型的临床研究）与情境测验（实验方法）结合起来。可见，把不同的研究方法结合起来不仅可能，而且有效。当然，事实上多数人格心理学家宁愿使用某一种方法，而不愿意把它们结合起来使用。这个现象背后不仅有研究者训练背景、学派偏见等方面的因素在起作用，也可能与各种途径之间在理论基础和方法论上的冲突有关。例如，精神分析的临床研究基于无意识的理论，其方法论主张整体观和对个体的综合分析；而行为主义的实验研究方法基于操作主义、元素主义和还原论，强调因素的分析与操作。

四、人格研究的具体方法

前面我们讨论了人格研究的主要途径或主要研究方法，除此之外，人格研究还有许多具体方法。奥尔波特通过归纳总结，列举了14大类52种人格研究的具体方法（见表1－4）。这些方法对从记录个人的外部表现到深层次的内心活动，从某些个别特征到对个体人格的总的评价都有所涉及。表中所列出的方法虽然很多，但并不是人格研究方法的全部，并且，随着人格心理学研究的发展，还会出现愈来愈多的，更为先进、更为科学的方法。例如，认知心理学的发展为人格研究提供了认知实验的方法，脑神经科学的发展提供了脑血流图成像技术（CT），心理统计学的发展提供了结构方程的统计方法，跨文化心理学的发展提供了跨文化心理比较的方法等。这里就不一一列举了。

表 1-4 人格研究方法概观[1]

14 大类	52 种方法
1. 文化模式研究	1. 社会规范分析 2. 成语、格言、文艺作品分析 3. 语言分析 4. 心理描述（形容词核对、量表分析）
2. 生理记录	5. 遗传分析 6. 生物化学相关物 7. 内分泌研究 8. 体型研究 9. 面型、动作分析
3. 社会记录	10. 个人档案记录 11. 工作分析 12. 时间分配 13. 行为频率 14. 社会测量 15. 拓扑心理学（对人、对阻碍物的反应）
4. 个人记录	16. 日记 17. 自学系统指导 18. 个人信件 19. 主题写作
5. 表情活动	20. 第一印象 21. 外表细致分析（快速摄影分析） 22. 外表模式分析 23. 字相学 24. 风格分析
6. 量表	25. 等级量表 26. 记分量表 27. 心理图示
7. 标准化测验	28. 标准化问卷 29. 心理测量（动作测验、迷津测验、语言测验等） 30. 行为量表（想象、联想、情境测验）
8. 统计分析	31. 差别心理学 32. 因素分析 33. 内部因素分析
9. 生活情境微型	34. 时间样本 35. 职业微型 36. 欺骗性情境
10. 实验室实验	37. 一元记录 38. 多元记录
11. 预测	39. 外观预报 40. 趋势预报
12. 深层分析	41. 精神科晤谈 42. 自由联想 43. 梦的分析 44. 催眠术 45. 潜意识书写 46. 幻想分析
13. 理想型	47. 理解的图式 48. 文艺性格分类
14. 综合法	49. 辨别法 50. 匹配法 51. 全过程分谈 52. 个案分析

① 陈仲庚，张雨新．人格心理学．沈阳：辽宁人民出版社，1986．350



复习与思考

（一）概念

人格、人格心理学、人性论、前科学理论、科学理论、范型、临床研究、相关研究、实验研究

（二）问题

1. 如何理解人格概念？
2. 人格心理学有何意义？
3. 人格心理学是如何形成的？
4. 什么是人性？
5. 如何理解人格的前科学理论与科学理论的关系？
6. 如何评价人格理论？
7. 分析比较人格心理学研究的主要途径。

第二章　古典精神分析



- 精神分析的起源与发展
- 无意识、前意识与意识
- 本我、自我与超我
- 焦虑与防御机制
- 性、力比多与动欲区
- 自由联想与梦的解析
- 投射测验与精神分析疗法

弗洛伊德于19世纪末20世纪初创立了科学心理学史上的第一个人格心理学体系即精神分析。在那个年代，科学心理学以冯特的体系为楷模，着重对意识进行内省与感觉元素的分析。然而，弗洛伊德以无意识为研究中心的精神分析的形成，对科学心理学产生了革命性的影响；而且这种影响远远超出了心理学与精神医学的范围，对西方的哲学、伦理学、法学、人类学、文学艺术，乃至整个西方文化都产生了深远影响，成为西方学术领域与社会文化中的一个重要思潮。在精神分析产生之后，其内部就发生了一系列的分裂，弗洛伊德的一些追随者各自建立了自己的理论体系。他们的体系与弗洛伊德的体系有许多重大分歧，但也保留了精神分析的某些基本观点与原则，如心理动力观、心理决定论、无意识理论、早期经验对人格的决定性影响，以及自我与防御机制等。因此，在心理学史学上，人们往往把弗洛伊德自己创立的体系称为古典精神分析，而把弗洛伊德的追随者后来所创立的理论体系称为新精神分析。本章将主要介绍弗洛伊德古典精神分析的理论体系与研究。

第一节　精神分析的起源

在介绍弗洛伊德关于人格的理论体系之前，有必要考察该体系的理论根源，以便更好地理解该理论。任何理论的产生，都与其创始人的聪明才智、人格特征、所受教育和生活经历，以及他所处的时代与社会背景有关。因此，要理解弗洛伊德精神分析的起

源，我们可以从他的生平、思想渊源和社会背景等方面去分析。

一、弗洛伊德的生平

1856 年，弗洛伊德（见图 2－1）生于原奥地利的摩拉维亚的一个小城镇弗赖堡。其父亲是一位犹太商人。由于受近代机器工业生产的冲击，父亲生意失败而举家迁往奥地利首都维也纳。此后，弗洛伊德几乎一生都住在维也纳。

弗洛伊德从小聪明好学，学业成绩优良。他 17 岁时就以优异的成绩考入维也纳大学医学院。在大学学习期间，弗洛伊德最初对生物解剖学感兴趣，他解剖了 400 多条雄性鳗鱼以研究其性器官所处的位置与结构。虽然他在这个方面没有取得重大的研究成果，但使得他第一次接触了有关性的研究。此后，他对生理学发生了兴趣，并成为当时世界上著名生理学家布吕克的研究助手。布吕克的机械还原论的生物观对弗洛伊德的思想产生了很大的影响。在大学期间，弗洛伊德还选修了布伦塔诺的哲学课程，布氏的意动心理学思想以及叔本华与尼采等非理性主义哲学思想都对弗洛伊德产生了一定的影响。1881 年，弗洛伊德获得医学博士学位。他本想继续在大学里从事生理学研究，但由于家庭经济困难不得不转向临床医学。

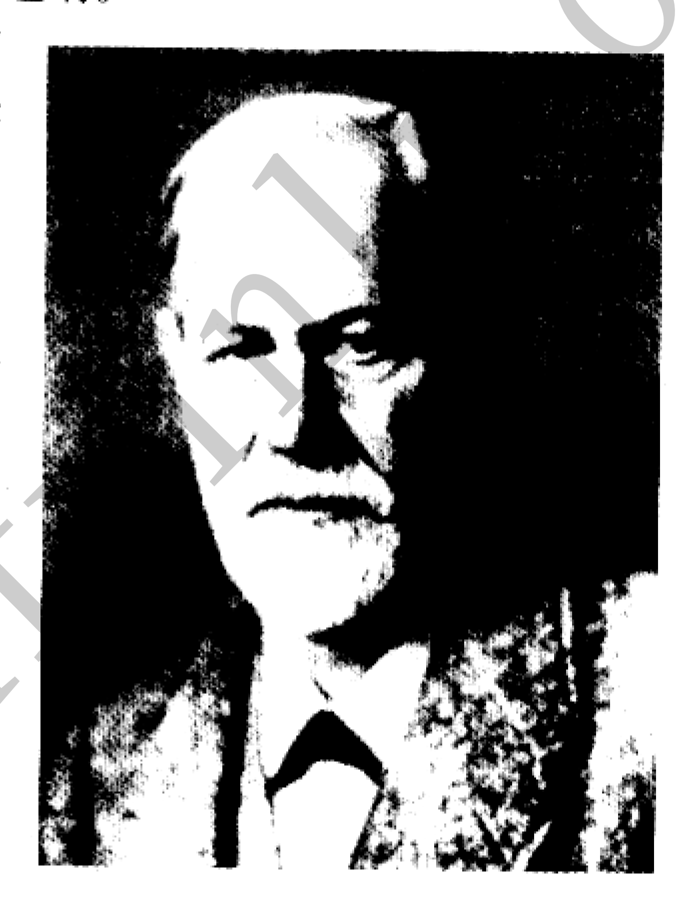


图 2－1　弗洛伊德

在维也纳总医院进行临床医学实习期间，弗洛伊德接触到神经症与精神病，并且对此深感兴趣。当他完成实习，成为一名注册的临床医生之后，对神经症与精神病人进行治疗成为他的终生职业。

当时奥地利的精神病学还相当落后，而法国的精神病学处于世界领先，特别是法国的沙可运用催眠术治疗精神病取得了一定的成功。1885 年，弗洛伊德获得一笔奥地利教育部的奖学金，使他有幸到巴黎进修 6 个月，跟随沙可学习催眠术。在法国学习期间，弗洛伊德有了两个重要的收获：第一，他从沙可那里知道，某些精神病如癔症主要是一种心理或精神上的障碍，而不是躯体上的疾病。对于心理上的障碍可以用心理治疗的方法来对付。此后，弗洛伊德放弃精神病的生理治疗方法如电休克等疗法，而转向采用催眠术等心理治疗方法。这是弗洛伊德迈向精神分析的重要一步。第二，在精神病病因学上弗洛伊德得到了重要的启示，即无意识的性心理对于某些精神病的形成有着重要的意义。

从法国回来以后，弗洛伊德采用催眠术治疗精神病人。他发现某些癔症患者在内心深处受到某种意念的控制而产生种种症状，通过催眠术可以让患者确信这种意念是错的，他其实没有病，他能够做他现在以为自己不能做的事，这样他的癔症就得到了治疗。后来，弗洛伊德发现催眠术存在一些缺陷，如这种治疗往往治标不治本，疗效难以

持久，而且某些病人不配合难以被催眠。这时，他想到了布雷尔曾用过的一种谈话疗法。布雷尔是弗洛伊德早期的朋友和在精神病的治疗与研究上的合作伙伴，他曾治疗过一个叫安娜·O. 的病人。安娜·O. 患有严重的癔症，有许多临床表现，如焦虑、失眠、幻觉、失去母语、看不见东西、腿部麻痹等。在治疗过程中，布雷尔发现，在催眠状态下，安娜只要把某种症状或苦恼讲出来，清醒时她的苦恼就会减轻，那种症状就可能消失。布雷尔把这种方法称为“谈话疗法”，有时又戏称为“扫烟囱”。正是布雷尔偶然发现的谈话疗法把弗洛伊德引向了精神分析。1889 年，弗洛伊德开始使用谈话疗法，而后不断将这种方法改进。1892—1895 年，在治疗病人伊丽莎白夫人的过程中，弗洛伊德在谈话疗法的基础上发明了“自由联想法”。

自由联想法是让病人自由想象，不给予任何限制，让他或她在自己的回想中自我暴露症结所在，从而达到治疗的目的。自由联想法是精神分析的基本治疗方法，它不仅治愈了难以计数的神经症患者，而且帮助弗洛伊德发现了人类精神深处的奥秘。在治疗神经症的过程中，弗洛伊德依据大量临床资料，不断地思考神经症的病因以及治疗的有效性的机制等理论问题，逐渐形成了他的早期精神分析理论，即早期的无意识论与性欲论。弗洛伊德在采用谈话疗法之后，那些病人在谈话疗法中所吐出的话语使他确信在病人内心深处存在着致病的意念，并且这种意念与病人儿童时期的创伤性经验，特别是性经验有关。而这种经验不能为病人所意识到，而是处于病人的“无意识”的精神领域之中。于是，弗洛伊德逐步概括出了他早期的精神分析理论。

弗洛伊德创立的神经症治疗方法与理论观念大大有悖于当时医学界的正统思想和方法，也与当时的社会传统道德观念相冲突。但是，弗洛伊德勇敢地以著书的形式将其发现公之于世。这就是弗洛伊德与布雷尔合著的《关于癔症的研究》（1895），这本书的出版标志着精神分析运动的正式起点。虽然在今天看来，此书具有不朽的意义，可在当时却备受冷落，也给弗洛伊德带来大量的责难。曾是弗洛伊德亲密好友的布雷尔因弗洛伊德坚持性冲突是癔症的根源而与其分手，维也纳医学协会也将弗洛伊德除名。一系列的打击曾使弗洛伊德一度情绪低落，产生了某些心理困扰。但是，弗洛伊德的坚强个性使他坚持真理、不屈不挠。

在 1897 年，弗洛伊德着手进行自我分析，他把自我分析当做一种了解自己和他的病人的好方法。在自我分析中，他的主要材料来源于自己的梦。他发现梦中常常包含有精神疾病原因的线索。这种自我分析持续了两年之久，这不仅解除了他的心理困扰，健全了人格，而且最终导致了《梦的解析》（1900）一书的出版。此书后来被公认为弗洛伊德最伟大的著作，它绝不是一本普通的论梦之作，而是一本关于精神分析的系统的理论著作。这本书出版时，也同样遭到了冷遇。第一次只印刷了 600 册，却用了 8 年才卖完。

1900 年以后，弗洛伊德不因其理论的受冷遇和别人的责难而止步。他提出了许多新概念、新思想，并使之系统化，出版了一系列的著作，如《日常生活的心理病理学》（1901）、《性学三论》（1905）、《精神分析引论》（1910）等。尽管弗洛伊德在相当一段时间里孤军奋战，几乎与整个医学界和学术界隔绝了，但他的著作以及精神分析治疗方法的有效性，使得一小部分人聚集在他的周围，其中最为著名的有阿德勒、荣格等

人。这几个人虽然后来与弗洛伊德分手而自立门户，但他们对于精神分析的发展，使其成为一种国际性的运动，并在此方面起了重要的作用。1908 年，在奥地利西部的萨尔茨堡召开了第一次国际精神分析大会，会议决定出版关于精神分析的年鉴。同年，弗洛伊德组织的“心理学星期三讨论会”改为“维也纳精神分析学会”。为此，精神分析学派在这一年正式形成。1909 年，美国著名心理学家、克拉克大学校长霍尔邀请弗洛伊德及荣格赴美参加该校 20 周年校庆活动。弗洛伊德以“精神分析五讲”为题作了讲演，并被该校授予名誉博士学位。这意味着弗洛伊德的学说开始得到国际学术界的承认。

正当精神分析运动在国际上迅速扩展的时候，其内部的矛盾却日益加深，并在组织上开始分裂。弗洛伊德不能容忍其追随者对他的学说提出异议，凡是不接受他的基本信条的人，都不得不退出精神分析协会。1911 年，阿德勒率先从精神分析学会退出来，创立了自己的个体心理学。1914 年，被弗洛伊德认定为自己继承人的荣格也从学派中分裂出来，自创门户，建立了自己的分析心理学。

在精神分析学派分裂和第一次世界大战的影响下，弗洛伊德进一步思考理论问题，改进与完善其学说。这样，弗洛伊德的理论进入了第二个发展的高峰期，使精神分析远远超出了精神病理学的范畴，成为一种理解人类本性、人格与社会文化的理论体系。弗洛伊德试图以精神分析的基本原理与方法解决一系列重大的社会问题，如社会法律、道德、宗教，文学与艺术的起源，战争的性质与原因等。弗洛伊德把这些方面的思想称为应用精神分析。人格理论体系的完成与应用精神分析是弗洛伊德后期的主要理论成就。后期弗洛伊德的主要著作有《图腾与禁忌》（1913）、《超越快乐原则》（1920）、《自我与本我》（1923）、《文明及其缺陷》（1930）等。

1923 年，弗洛伊德患了口腔癌，为此他动过 33 次手术。尽管疾病给他带来巨大的痛苦，但他仍然努力工作，继续为病人治病和指导学生。在后期，他的影响达到顶峰，名扬全世界。1933 年，希特勒上台后，官方公开反对精神分析，宣布弗洛伊德的著作为禁书，并加以烧毁。1938 年，纳粹吞并了奥地利，在纳粹分子的迫害下，弗洛伊德被迫逃亡英国。1939 年，弗洛伊德逝世于伦敦。

从弗洛伊德的生平可看出，他的一生是不平凡的一生。他之所以能创立如此不平凡的精神分析体系，与他的聪明才智有关，与他的不平凡的经历有关，更与他的探求真理的勇气、孜孜不倦的精神、遇到挫折时不屈不挠的意志品质有关。

二、弗洛伊德理论的思想渊源

尽管精神分析理论是弗洛伊德独创的，前无古人，但实际上在弗洛伊德之前，就有许多有先见之明的思想家讨论过无意识、本能、快乐以及精神病成因等问题。他们的观点无疑为精神分析的产生作了思想上的准备。



（一）欧洲近代学术界对无意识动力作用的探讨

无意识概念和心理动力观是精神分析理论的基石，这种概念并不是弗洛伊德的独创。早在古希腊时期，哲学家柏拉图就谈到过无意识的作用。18 世纪初，德国哲学家莱布尼兹创立了单子论，他认为宇宙万物都是由单子构成的。单子是一种具有广延性的精神实体，是活动与能的核心，它力求自身的实现。活动与意识实际上是一回事，观念活动就是单子活动。观念活动的目的在于达到清晰性，由此，观念活动造成了意识等差即心理事件有不同程度的清晰性，一个从完全模糊的无意识到最清晰的意识的等级序列。莱布尼兹把意识程度较低的单子活动称为小觉，而这些小觉汇集起来就成为有意识的观念，这就是统觉。可见，莱布尼兹虽然没有明确提出无意识概念，但其单子论中已经蕴涵了无意识和动力的观点。

一个世纪后，德国哲学家赫尔巴特的灵魂动力学把莱布尼兹的无意识与动力观点发展成为意识阈限的概念。赫尔巴特认为人的心理中存在着一个意识阈限，当一个观念处于阈限之下，它就是无意识的，不能被人觉察到。当一个观念被统觉上升到阈限之上，它就是有意识的，就可以被觉察到。赫尔巴特还进一步指出，在灵魂中的所有观念都在相互竞争以求在意识中出现，一个观念要上升到意识必须和意识中的其他观念相适应，否则，就会被排斥在意识阈限之下，成为被抑制的观念。从这里，我们清楚地看到动力观、意识阈、观念间的冲突与抑制等重要思想。著名心理学史学家波林指出，莱布尼兹只是预示了无意识论与动力观，而赫尔巴特才真正开创了无意识与动力学说。

德国哲学家和心理学家费希纳从赫尔巴特那里接过无意识阈限的概念，进一步强调无意识的作用。他把心理类比为海中漂浮的冰山，冰山的大部分隐藏在海面以下，只有小部分才露出海面。人们只能对阈限之上的部分有了解，而对阈限之下的大部分精神活动一无所知。意识运动是由下面的“潜流”推动的，费希纳还把这种无意识的动力作用称为心理能量。弗洛伊德受到了费希纳的直接影响，他公开承认自己接受了费希纳的许多重要观点。

此外，德国的非理性主义哲学家叔本华、尼采的思想，以及布伦塔诺的意动心理学都对弗洛伊德产生了很大的影响。弗洛伊德是布伦塔诺的学生，他在大学期间听过布伦塔诺的 6 门哲学课程，这些课程中既有布伦塔诺的理论，也包括了叔本华、尼采的哲学。因此，弗洛伊德接受了布伦塔诺的动力观和叔本华、尼采的某些思想。弗洛伊德曾经说过：“精神分析并不是我首先迈出这一步的。要说我们的前辈，可以指出一些著名的哲学家，尤其要首推伟大的思想家叔本华，他的无意识意志，相当于精神分析中的心理欲望。”①

在 19 世纪 80 年代，无意识及其动力作用的观点在欧洲学术界广泛传播，成为当时的一种时代精神。那时，不仅专家学者们对其感兴趣，而且社会不少中上层普通人士也把它当做流行话题。可见，并不是弗洛伊德发现了人内心深处的新大陆——“无意识”。当然，我们要承认只有弗洛伊德才充分认识到无意识及其动力作用的重要性，并

---

① 弗洛伊德．精神分析的方法与技术（俄文版）．1923．198

找到了研究它的方法，且对它进行了系统的研究。

（二）古典精神分析的自然科学与医学的背景

心理学从哲学中分化出来比较晚，与早先分化出来的物理学、化学、生物学与医学等学科相比，心理学相当弱小和不成熟。因此，心理学发展的一条重要途径就是向比较成熟的学科学习。纵观近代心理学史，几乎每一个心理学派别都从其他学科引进概念、观点与方法，弗洛伊德的精神分析学派也不例外。

1. 近代物理学对弗洛伊德精神分析的影响

19 世纪物理学取得了重大的进展，其主要成果之一就是能量守恒与转换的学说。这一学说指出一个系统中的能量是守恒的，不管它转化为机械运动的、热的、电的，还是化学的形式，它不会减少，也不会增加。弗洛伊德把人的整个机体看成一个能量系统，系统中除了以生理形式呈现的生物能外，还有推动精神活动的心理能。心理能的实质是本能冲动，并主要归结为性冲动，弗洛伊德将其称为“力比多”。力比多提供了精神活动所需的能量，不管力比多转换为何种形式，它的量是守恒的。可见，弗洛伊德的力比多学说与能量守恒学说有密切关系。因此，波林就说过：“我们很自然要问，弗洛伊德从哪里获得他的观念呢？这些观念已经存在于文化中，就等他来摘取了。说也奇怪，其中一个重要观念就是能量守恒说。”

2. 生物学对弗洛伊德理论的重要影响

达尔文的进化论的创立是 19 世纪生物学的最大成就，它对生物学本身的发展乃至其他科学和一般文化都产生了深远的影响。弗洛伊德中学时代就对进化论深感兴趣。他自己承认达尔文的进化论与歌德的《论自然》共同影响了他选择医生这个职业。达尔文进化论使人们日益重视本能、动物行为以及人与动物的关系等问题。本能概念在 19 世纪后期的生物学和心理学中变得非常盛行。在这种思潮的影响下，弗洛伊德吸收了本能概念，像达尔文一样，倾向于以生物学的观点看待人的本性。

在大学期间，弗洛伊德作为布吕克的助手研究过多年的生理学。布吕克的机械论与还原主义思想对他产生了深刻的影响。布吕克是 19 世纪伟大生理学家缪勒最优秀的学生之一，但他极力反对老师的机体活力论。缪勒认为生命体包含着一种不同于非生命物体中的物理化学力的活力。布吕克等人则认为有机体内除了一般物理化学的力在起作用外别无其他的力。在布吕克的影响下，弗洛伊德相信一切生命现象都可以还原为物理的东西，因而在其著作中常常使用物理学的术语，心理决定论原则更是突出体现了弗洛伊德机械还原论的倾向。

3. 欧洲临床精神病学对精神分析的作用

弗洛伊德的理论体系不是产生于学院心理学的实验室，而是产生于治疗精神病的临床实践中。弗洛伊德在病人身上获得了对人性的领悟，从而形成了他的人格理论体系。因此，弗洛伊德理论的最主要依据是医学中的精神病理学。

精神分析的对象主要是精神病患者。从古代到文艺复兴时代，人们对精神病及其病因缺乏科学的认识，宗教迷信的观念长期控制人们的思想。人们通常把精神病人视为魔鬼附体或中了邪，采用残酷的措施来对待他们，如用锁链铐住，或以肉体折磨来驱鬼驱

邪，甚至用火来烧死他们。直到欧洲资产阶级革命后，随着科学的发展和社会的进步，人道主义盛行起来，一些进步人士开始反对关于精神病的迷信观念或残酷手段，主张以理性和人道的态度对待精神病人。如此一来，对精神病进行科学研究、诊断与治疗的道路开通了。法国学者皮奈尔首先肯定精神异常是一种疾病，而不是中了什么邪，应该采用医疗措施来处理。此后，欧洲特别是法国相继出现了许多著名的精神病学家，如沙可、布雷德、伯恩海姆、让内等，大大推进了精神病学的发展。

在19世纪末，精神病学有了很大的发展，但精神病的病因问题仍然没有得到很好解决。在当时，围绕这个问题产生了激烈的学术争论，形成了精神病病因学上的两种思想。一派是以沙可为代表的生理病因观，另一派是以伯恩海姆和让内为代表的心理病因观。生理观主张用脑神经的生理障碍或病变来解释精神病，而心理观则从精神或心理方面去找病因。总的说来，当时是生理观占优势。一种新的思想和新的运动，总是要通过反对某种居统治的旧观念，才获得发展的动力。弗洛伊德的精神分析就是沿着伯恩海姆心理观的方向，在不断反对生理观的过程中发展起来的。

综上所述，弗洛伊德思想的来源是多方面的，有哲学思想上的渊源，也有自然科学与医学上的来源。弗洛伊德的天才之处就是他能从不同思想来源与不同的领域中吸取养料，吸收当时人文与自然科学发展的最先进的成果，从而在前人的基础上建立自己的思想理论体系。

弗洛伊德虽然一直在努力建立一个科学的而非哲学的理论体系，建立一个不受个人生活及其历史背景影响的理论，但是，他的精神分析的确反映了19世纪末20世纪初欧洲资本主义国家内的阶级关系和社会背景，其理论确有其社会历史的根源。

弗洛伊德生活的时代正是资本主义从自由竞争向垄断过渡的阶段。当时的社会正在剧烈地变化，导致了许多社会矛盾与冲突。在中上层资产阶级内心深处也存在难以调和的矛盾。一方面资产阶级的欲望膨胀，日趋堕落；另一方面陈旧伪善的维多利亚式的道德和性压抑仍禁锢着人们，从而使精神病的发病率越来越高。弗洛伊德的理论主要建立在他对自己病人的观察上，这使得他的理论不能不打上那个时代的阶级烙印。弗洛伊德理论对性问题的强调，反映了维多利亚时代资产阶级的社会问题和社会需要，弗洛伊德的性本能概论和悲观主义倾向则反映了当时的反犹主义运动和帝国主义的战争。总之，弗洛伊德的理论是社会历史的产物。

第二节　以无意识本我为核心的人格结构论

作为人格理论中的精神动力学派的奠基人，弗洛伊德特别强调人格结构的动力性质。他认为人格是多种力量相互作用的动力系统，而非静态的、“解剖性”的结构。弗洛伊德的人格结构说有一个发展过程，早期弗洛伊德主张无意识为核心的“两部人格”结构观或人格的层次模型，在后期，他提出本我、自我和超我的三部人格结构说。



一、无意识、前意识、意识

在早期，弗洛伊德和布雷尔一起治疗精神病人时，他们曾观察到一种心理现象：患者不能有意识地回想起有关自己病因的一切情绪体验。但是，当患者处于催眠状态下，就很可能回想起这些情绪经验。当患者把这些经验告诉医生，患者就会感到舒畅，病也就减轻了。另外，患者对“上周末去什么地方吃晚饭、前天上午做了什么事”这类体验，虽可能一时回想不起来，但只要经过一番努力，还是可以回想起来。还有一类体验，如患者的姓名、年龄、工作等，这些信息不需作任何努力就可以讲出来。为了解释这种不同体验、回忆难度不同的现象，弗洛伊德提出了意识有不同水平和人格结构有不同层次的假说。

弗洛伊德认为意识（这里指人格）由不同意识水平的三个部分组成，这就是无意识、前意识和意识。意识是人格的表层部分，它由人能随意想到、清楚觉察到的主观经验组成。它的特点是具有逻辑性、时空规定性和现实性。前意识位于意识和无意识之间，由那些虽不能即刻回想起来，但经过努力就可以进入意识领域的主观经验组成。在弗洛伊德看来，意识和前意识两者虽有区别，但没有不可逾越的鸿沟，前意识的东西可以通过回忆进入意识中来，而意识中的东西当没有被注意时，也可以转入前意识中。因此，弗洛伊德把它们看成同一个系统，与无意识系统相对应。弗洛伊德说：“人格中有两大系统，一是无意识系统；另一是前意识系统（它包括意识）。它们类似于两个房间，无意识系统就像一个大的前庭，而前意识系统就像接着前庭的一个小房间，意识也居住于这一房间内。”

前意识的主要作用就是检查作用，即不许那些使人产生焦虑的创伤性经验、不良情感，以及为社会道德所不容的原始欲望和本能冲动进入意识领域，而把它们压制在无意识之中，使意识和无意识完全隔离。弗洛伊德指出：“在意识居住的小客室和无意识居住的前庭之间的门槛上却站着一个检察官，他传递个别的精神冲动，检查它们，如果未经他的许可，它们是不能进入会客室的。”“在无意识的前庭内的各种冲动不能被住在另一个房间内的意识看到，因此，它们当时必然是无意识的。当它们成功地向前挤到门槛，却又被检察官遣送回去时，那它们就不适宜于意识，于是我们就把它们看成是被压抑的。”这里，弗洛伊德所说的检察官的工作就是指前意识的作用。

人格结构的深层部分是无意识，弗洛伊德把它定义为不曾在意识中出现的心理活动和曾是意识的但已受压抑的心理活动。这个部分的主要成分是原始的冲动和各种本能、通过种族遗传得到的人类早期经验以及个人遗忘了的童年时期的经验和创伤性经验、不合伦理的各种欲望和感情等。无意识与前意识、意识有很大的差别，其特点如下：

第一，无矛盾性，这是说无意识中的各种本能冲动和欲望拥挤在一起而互不干扰。按弗洛伊德的话来说，它们“置身于矛盾之外”，两种目标不一致的欲望可以同时积极活动，而不会相互对抗。

第二，无时间性，即无意识中的各种欲望不会因时间的流逝而改变，也没有任何时

间上的先后次序，时间关系是意识的一种特征而不是无意识的特征。

第三，在无意识中不存在任何否定、怀疑和不相信的成分。

第四，非现实性，即无意识几乎与外部世界没有任何联系，无意识过程按自身的强度和快乐原则进行，它不管现实，只求享乐。

第五，无意识观念的能量远比前意识或意识中观念的能量大，因而它更机动、更活跃，易于变形和替换。

无意识是人格结构中最大、最有力的部分。虽然，在通常情况下，我们并没意识到它的存在，但它对于我们的一切行为都产生影响。它影响我们的思维、感知和行为的方式，影响我们的职业、婚姻对象的选择，影响我们的健康状况、爱好、兴趣和习惯等。在弗洛伊德看来，不存在任何自由意志的行为，有些行为表面上似乎出自我们的意识和自由意志，但实际上都是受无意识力量所驱使的，它们只不过是无意识过程的外部标志。有意识的心理现象往往是虚假的、表面的和象征的，它们的真面目、真实原因和真正动机隐藏在内心深处的无意识之中。

弗洛伊德非常强调无意识在人格结构中的重要地位，认为无意识的重要性远远超过意识和前意识。为了说明无意识的重要地位，他借用了费希纳的冰山类比理论，认为人格就像漂浮在海中的冰山（见图2－2）。冰山分为三层，最上层浮在水面上，我们能看见，它只占冰山的很小部分；紧挨着水面之下的那部分是中间层；冰山的最下层占了冰山的大部分，它支撑着整个冰山，是我们无法看见的。与此类似，人格也有三个层次，意识是人格的表层，只占人格的很小部分，它是由可觉知、能清晰回忆的主观经验构成的。前意识是人格的中间层，它是由那些经过努力回想就能进入意识的主观经验构成的。无意识是人格的深层部分，它是由我们无法有意回忆的主观经验构成的。图中意识与前意识用虚线相隔，表明它们可以相互转换，同属于一个系统；而无意识与前意识用实线隔开，表明两者属于不同的系统，无意识的东西由于受检查作用的压抑不能进入意识领域。

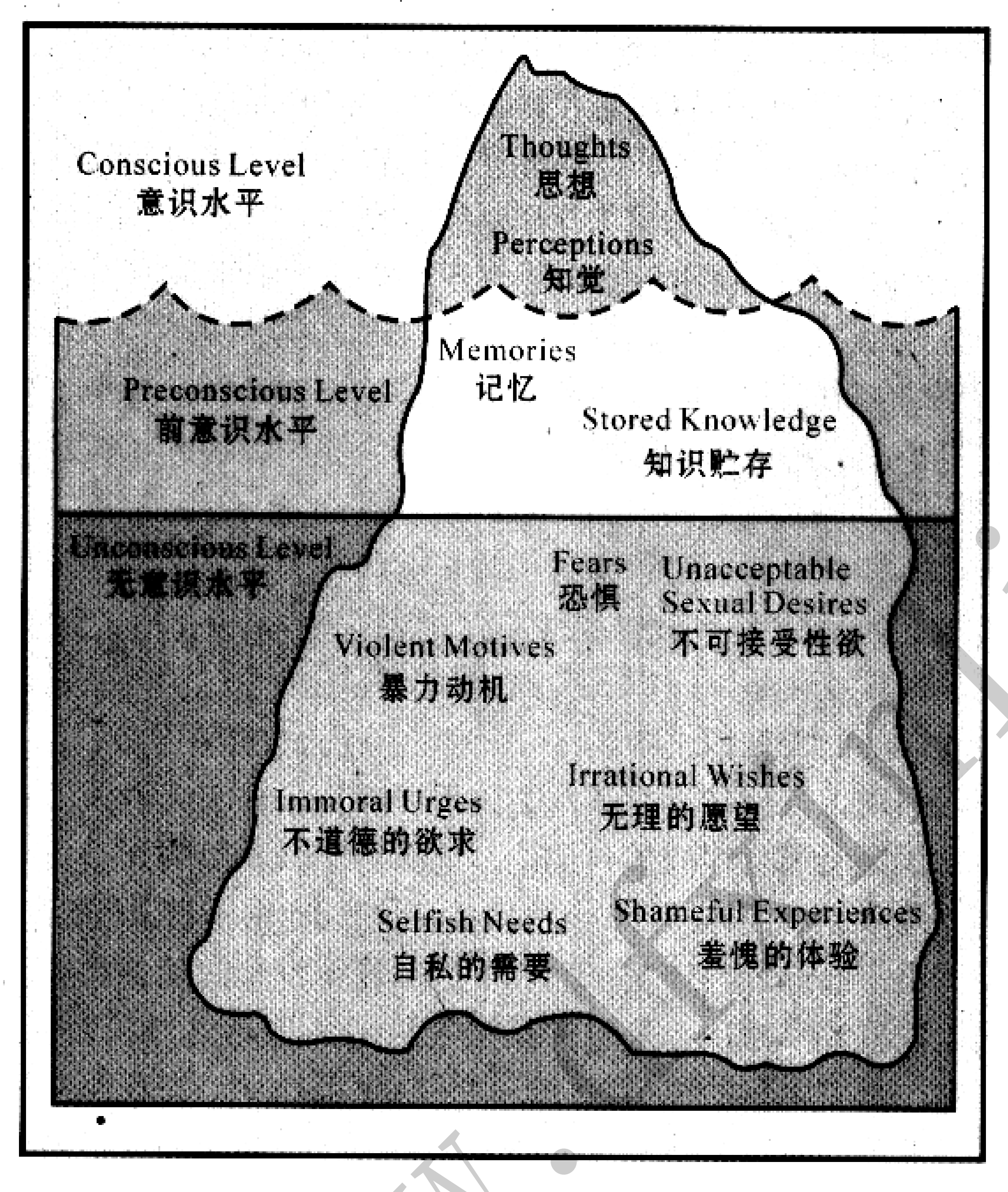


图2－2　弗洛伊德人格结构观：心理冰山

如果说无意识的东西是我们不能觉知和意识到的，那么我们怎么知道它存在呢？无意识是不是一个虚构的概念？为了回答这个问题，弗洛伊德提出了六点理由来说明无意识的真实性。

第一，人在催眠状态下，往往能回想起早已经遗忘的儿童期经验。在催眠师的指示下，被催眠者做了各种事，醒后却全然不知催眠时所做的一切。这种催眠现象在一定程度上支持了无意识的假说。

第二，做梦是无意识存在的一个有力证据。弗洛伊德认为梦是无意识表现自己的主要途径之一。他有一句名言：梦是愿望的满足。梦境是无意识利用睡眠时前意识“检察官”放松警惕的机会，无意识中的本能欲望通过伪装和变形的方式混入意识中来的结果。通过对梦的解析，就可以知道一个人的无意识欲望和动机。

第三，日常生活中的各种错误如失言、笔误、遗忘与丢失等表面上是偶然的，没有任何有意识的动机，但弗洛伊德认为这些所谓的偶然失误却不是偶然的，它们正暴露了一个人无意的真实欲望和动机。

第四，灵感、直觉等创造性活动中的心理现象说明在意识之外还存在着一个未知的领域，即无意识领域。

第五，精神分析发现许多身心疾病以无意识的内心冲突为基础。比如，一个新兵在

要上战场时突然手瘫痪了，这看起来是一种身体疾病，其实，他的病因不在于生理方面，而在于他内心深处的一种矛盾冲突，即对死亡的恐惧和害怕别人说他是胆小鬼，这两种感情冲突难以摆脱，最终导致手的瘫痪。瘫痪正是“解决”无意识冲突的权宜之计。

第六，依据无意识假设而建立起来的精神分析技术对治疗精神病患者的有效性，间接说明无意识的真实性。

二、本我、自我和超我

后期的弗洛伊德对自己的人格结构说作了较大的修改。他取消了检查作用的概念，提出了本我（id）、自我（ego）和超我（superego）的新概念，用本我、自我和超我的三部人格结构取代了较为简单的二部人格说。但在三部人格说中，弗洛伊德保留了无意识的概念，无意识的概念仍是弗洛伊德人格结构理论乃至整个精神分析学说的基石。

在三部人格说中，本我概念与二部人格说中的无意识概念接近，但不完全等同。本我（id）这个词从德文 es 而来，意指它（it）。用拉丁文翻译为 id，用中文则一般翻译为本我，更确切的翻译应该是人的动物性。凡本我的东西必然是无意识的，但无意识的东西未必是本我的，即说本我包含在无意识之中。本我是人格中最难接近，但又是最有力的部分。说它难以接近，是因为它潜藏在无意识之中；说它最有力，是因为它是人的所有精神活动所需能量的贮存库。本我完全是由先天的本能、原始的欲望所组成的。它同人的肉体过程相联系，将躯体能量转化为精神能量，并且贮藏它们和向自我、超我提供能量。弗洛伊德把本我中所具有的精神能量称为力比多（libido），有时弗洛伊德用力比多特指性本能所产生的能量。

在早期，弗洛伊德认为人有两种基本的本能：一种是生存本能，另一种是性本能。像吃、喝、排泄等本能属生存本能，它们是个体生存必不可少的。性本能的主要作用是繁殖后代、延续种族。在后期，弗洛伊德提出了生本能和死本能的新概念。死本能是有机体返回自己先前无机状态的趋向。弗洛伊德说：一切生命的目标是死亡。生命过程本身就是一种紧张，只有死亡，才能最终解除这种紧张。因此，人生下来就具有死亡的本能。弗洛伊德把死本能具有的能量称为桑纳托斯（thanatos）。桑纳托斯是一种破坏力，当它指向个人内部，则表现为自责、自杀或受虐狂等行为；当它指向个人外部，就会产生憎恨、攻击、侵犯和施虐狂等行为。与死本能相对立的概念是生本能，它包括生存本能和性本能。生本能所提供的能量称为埃罗斯（eros），埃罗斯代表爱和创造的力量。

弗洛伊德认为，埃罗斯和桑纳托斯等心理能量是幽闭在本我之中的，随着时间的延长，这些心理能量不断聚集、增长，以致机体内部紧张度太高而不能忍受。因此，本我会要求能量的不断释放以减轻紧张度。当能量释放时，紧张度下降，人随之体会到快乐感。弗洛伊德认为本我的唯一目标是追求快乐。本我像一个暴躁的婴儿，非常贪婪而不开化，只对自己的需要感兴趣，一点儿也不听从现实和理性的指引。弗洛伊德把本我这种只图快乐的活动准则称为“快乐原则”。

本我满足自己欲望、获得快乐的方式有两种：一种是反射动作，如一个婴儿可以通过打喷嚏来回应鼻中的刺激，或者反射式地移动受限制的肢体来消除自己的紧张和不适感。另一种方式是想象实现。弗洛伊德认为，本我是非理智的，它不能区别现实和对现实事物的想象。当一个婴儿饥饿时，他可能通过在内心产生食物的形象来减轻他的紧张感，获得一定程度的满足，弗洛伊德把利用想象来满足自身欲望的过程称为原始过程。

仅仅通过反射动作和原始过程远远不能满足本我无休止的欲求和冲动，要真正满足本我的欲求，就必须与现实世界打交道。一个饥饿的人通过画饼充饥式的原始过程是无济于事的，他必须积极地从现实环境中获得食物，才能真正解除因饥饿引起的紧张状态。现实世界不是伊甸园，不是想要什么就能得到什么，现实与本我的需求不可能完全一致，两者的矛盾冲突在所难免。同时，在现实面前本我是无能为力的，因为它不具备理智的功能，它不能区分自己和现实，只求趋乐避苦。这样，本我要满足自己的欲望，求得生存，只靠自己的力量是不行的，一个新的人格结构成分的出现势在必行。本我在与现实的交往过程中，从自身中分化出一个新的机构，专门负责与现实打交道，解决本我与现实的矛盾冲突。这个新生的机构就是人格的第二个组成部分，即自我。

自我是人格中理智的、符合现实的部分。它派生于本我，不能脱离本我而单独存在。自我的力量就是从本我那里得到的，自我是来帮助本我而不是妨碍本我的，它总是根据现实的可能性力图满足本我的要求。因此，自我是本我的执行机构。弗洛伊德把本我与自我的关系比喻为马与骑手的关系。马提供能量，而骑手则调节、引导和改变能量的方向，指引马向目的地前进。自我在本我与现实之间、本我与超我之间起调节、整合作用。与本我不顾一切地追求享乐的办事风格不同，作为理性化身的自我则是按照“现实原则”办事，即说自我总是根据现实情况来满足本我的欲求。现实条件许可时，就即时满足本我的要求；现实条件不许可时，就暂时延缓甚至否定本我欲求的满足，以求得与现实的协调，避免与现实发生冲突而带来痛苦的后果。自我活动过程具有逻辑性、符合现实的特点。弗洛伊德把自我根据现实情况来调整本我无节制的欲求的过程称为继发过程。继发过程是相对于原始过程而言的。一个人出生时就具有原始过程，而继发过程是后天形成的，它是在人意识到自己与现实的区别、理智发展到一定程度之后才产生的。

人格结构的第三部分是超我，它是人格中最文明、最有道德的部分。超我有两个方面：一个是自我理想，另一个是良心。在儿童早期生活中，父母总是有意无意地依据自己的道德标准和社会规范去评价、奖励和惩罚儿童。父母对儿童的某些行为作出“好”的评价，给儿童以物质和精神上的奖励；对儿童的另一些行为，父母作出“坏”的评价，并给以惩罚。长此以往，儿童就知道什么行为是好的，什么行为是坏的，父母关于奖惩儿童行为的标准逐渐内化为儿童自己的行为规范。儿童可以在父母不在场的情况下，自己评价自己，当自己的行为符合道德规范时，就感到愉快和满意（内在奖励）；当自己的行为违反了这些规范，就感到内疚（良心谴责）。到这个时候，父母关于什么行为是“好”的标准就内化为儿童的自我理想，父母关于什么行为是“坏”的惩罚规则就内化为儿童的良心，这样超我就形成了。

超我的形成使问题变得更加复杂。自我在满足本我欲求时，不仅要考虑现实条件的可能性，而且要受到超我的制约。与自我不同，超我是社会道德的化身，按照道德原则

行事，它总是与享乐主义的本我直接对立和冲突，力图限制本我的私欲，使它得不到满足。弗洛伊德把自我喻为三个暴君统治下的臣民，它要尽力满足专横的本我的欲求，要应付严酷的现实环境，还要遵从神圣的超我的规范。自我在三个暴君之间周旋、调停，力图使三者的要求都得到满足，以便达到一种相对平衡的状态。可见，自我是人格结构中维护统一的关键因素。如果自我力量不够强大，则难以协调各种力量，使之保持平衡。

根据弗洛伊德这种人格动力结构的理论，人的一切行为都不是由某一单方面的力量决定的，而是人格内部多种力量相互作用的结果。我们可以用几个事例来说明人格内部动力过程如何导致具体的外显行为（见图2－3）。

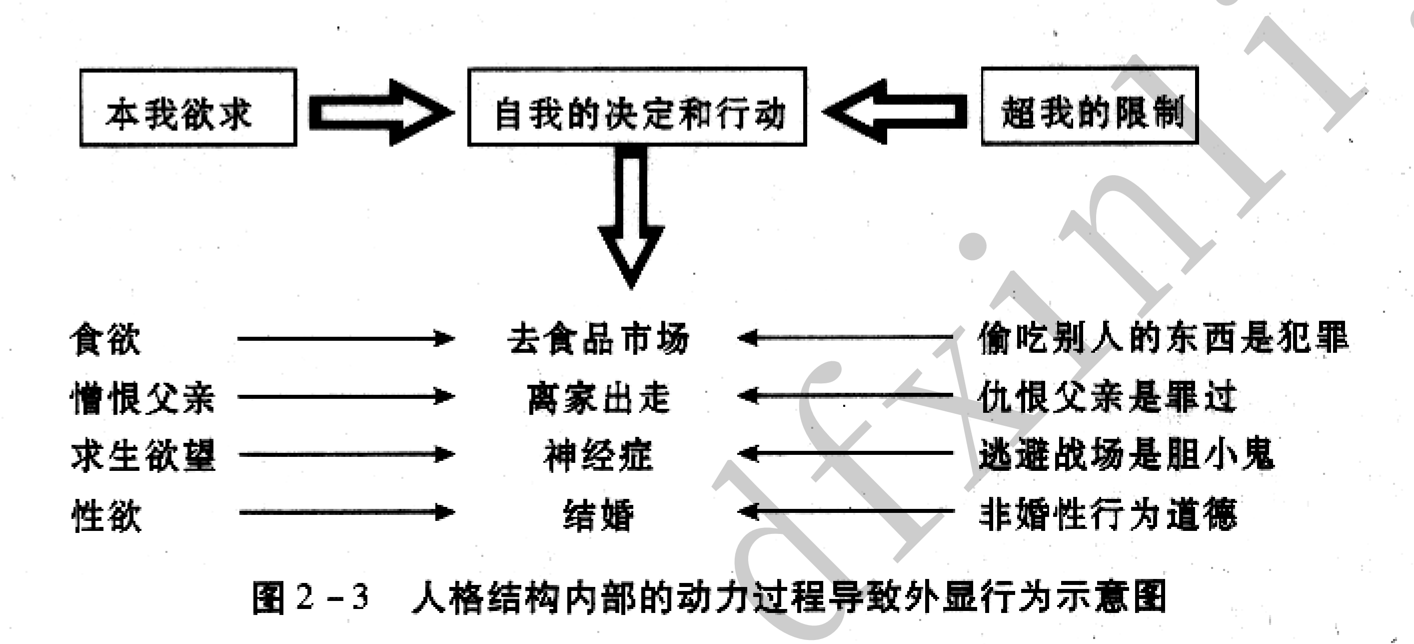


图2－3　人格结构内部的动力过程导致外显行为示意图

三、冲突、焦虑和防御机制

根据弗洛伊德的人格结构理论，自我是调解者，通过调解使人格内部各种力量之间、人与环境之间达到一种平衡，实现人格的整合与统一。但是，平衡是相对的、暂时的，而不平衡是绝对的、持久的，人格内部冲突不可避免。随着矛盾冲突的加剧，人就会产生心理焦虑。如果冲突过于激烈，而自我无法应付，就会导致人格的分裂和精神障碍。

弗洛伊德认为，人有三种焦虑：第一种是现实焦虑，它是人觉察到周围环境中存在的现实危险所产生的内心的紧张、不安和恐惧。第二种为神经质焦虑，它是由于担心失去对本我控制而产生的潜在危险所引发的，这种焦虑不是对本我自身的恐惧，而是害怕它不分青红皂白的冲动带来受惩罚的结果。第三种焦虑称为道德焦虑，它是由于意识到自己的思想行为不符合道德规范而产生的良心不安、羞耻感和有罪感。道德焦虑是伴随着超我的形成而来的，超我不成熟的人很少体验到道德焦虑。

不管是哪种焦虑，都是人内心的一种紧张状态。而人具有一种解除紧张状态的先天倾向，因此，焦虑本身会起到一种动力的作用。同时，焦虑也起到对人的行为的控制和引导作用。因为它警告我们，如果继续以那种方式行动或思考，我们就会处于危险之中。焦虑对人有积极的一面，但是，若焦虑程度太高，持续时间太长，那么人是无法忍

受的，严重的焦虑往往会导致人格的分裂和精神病。为了减轻或消除人格内部的冲突，降低或避免焦虑，以保持人格的完整和统一，自我创造了许多保护性的机制，弗洛伊德称之为自我防御机制。

弗洛伊德认为，几乎所有的自我防御机制都有两个共同点：①它们是无意识的，即说人总是不知不觉地、无意识地采用它们。②它们往往否定、歪曲或虚构实际情况，具有与现实相脱离的特性。自我的防御有很多种，这里，我们只讨论几种主要防御机制。

压抑（repression）。压抑是自我最基本的防御机制，因为它先于其他任何防御机制而产生，别的防御机制的运行要以它为基础。压抑是自我防止引起焦虑的思想观念进入意识领域的一种方法。通过它，那些会带来焦虑的观念和欲望被禁闭在本我之中，人意识不到它，焦虑自然会大大减轻。压抑有两种情况：一种是对本我中的先天本能冲动和原始欲望的压制；另一种是对个人后天生活中的痛苦经验和不良欲望的压抑。人们往往回忆不起早年创伤性的生活经验，因为这样的回忆会使人痛苦。通过压抑，自我将它们压抑在本我之中，不能上升到意识水平，从而减少了个人焦虑。

弗洛伊德认为，压抑的机制很重要，压抑使那些引起焦虑的思想和欲望不能在意识中显露，但它并没有消除那些观念欲望对人格的影响。那些观念与欲望仍在无意识中活跃着，不时通过某种扭曲的形式表现出来。比如，某位夫人忘记自己的结婚戒指放在什么地方了，不管怎么找也找不到。这件事表面上看来是偶然的，其实它不过是这位夫人对丈夫的不满情绪和离婚欲望被压抑在无意识中，从而通过一种扭曲的形式在意识和行为中的表露。

否认（denial）。否认是最早形成的自我防御机制之一。据说它伴随着痛苦感情一起产生，是为了减轻痛苦的一种保护性机制。通过这种机制，人不相信、不承认对自己不利的、带来痛苦的现实情况。一些人在亲人逝世的噩耗传来时，大叫道："不！不！这不是真的！我不相信！"这类情况就是自我否认机制在起作用。否认使人逃离现实，是一种解决问题的消极办法。它只不过是通过对令人痛苦的现实闭上自己的眼睛，假定那种现实情况不存在来回避使人痛苦的现实问题。

投射（projection）。它是一种拿别人做"替罪羊"的方法。利用这种方法的人，不承认自己身上有某种不良品质和思想感情，而把这些不良品质、思想感情投射给别人，看成是别人具有的东西。既然那些不良品质与思想感情不是自己的，而是别人的，那么，自己就不会感到不安和焦虑。现实中我们大多数人或多或少利用过这种防御机制。例如，一个男子可能会对妻子说："你并不真心爱我。"并坚信自己的话是真实的。然而事实上，他早已不爱自己的妻子了，而被别的女子所吸引，他只不过是把自己的不良品质投射到了自己妻子身上。

反向作用（reaction formation）。这是一种人努力表现出自己不良品质和情感的对立面来减轻焦虑的方法。例如，刚刚步入青春期的少男少女们有一段时间相互对抗、怀有敌意，这种意识上的对抗和敌意是一种假面具，掩盖了潜意识中对异性的好感和倾慕。又如，一个母亲无意识中潜藏着对养育子女的厌恶感情，但在她行为上却表现出对子女的过分关心和保护。

合理化（rationalization）。合理化又可称为文饰作用。通过这种机制，人对自己的

不良行为或者内心想要却未能得到的痛苦经历编造出一个似乎合理、自己能接受的解释。一个中学生因没有考上大学而懊丧不已，为了解脱自己，他说："为什么要读大学？寒窗之苦还没受够吗？我再也不想读书了。"鲁迅小说中的阿Q在挨揍时，口里念叨着"儿子打老子"，皮肉受苦，可心里舒坦。这些都是人利用合理化的防御机制原谅自己、保护自尊的例子。

替代和升华（displacement & sublimation）。弗洛伊德认为本我中聚集的大量能量总是力图通过各种渠道发泄出来（弗洛伊德称之为精神发泄），而满足本能欲望、发泄能量的直接方式往往为超我的道德规范或现实要求所不容，因而会遭受自我和超我的抵制与压抑（反精神发泄）。这些受抵制的力比多不得不转换对象和改变方向，企图以间接的方式发泄出来，这就是自我的一种防御机制，即"替代"。例如，本我的性需要所激起的力比多要求即时发泄，而超我的反精神发泄作用要禁止性需要的满足，自我的反精神发泄主要表现为拖延战术，延迟性需要的满足，直到找到一种活动既能满足本我性欲，又不违反超我戒律为止。图2-4表示性需要能量的发泄、反发泄和替代的一系列过程。通过一系列替代，超我和自我的反发泄作用消失，性需要得到间接的满足，人内心的紧张得到减缓。虽然发生了一系列替代，但性本能的来源、目的和动力都保持不变，只是性本能的对象变化了。

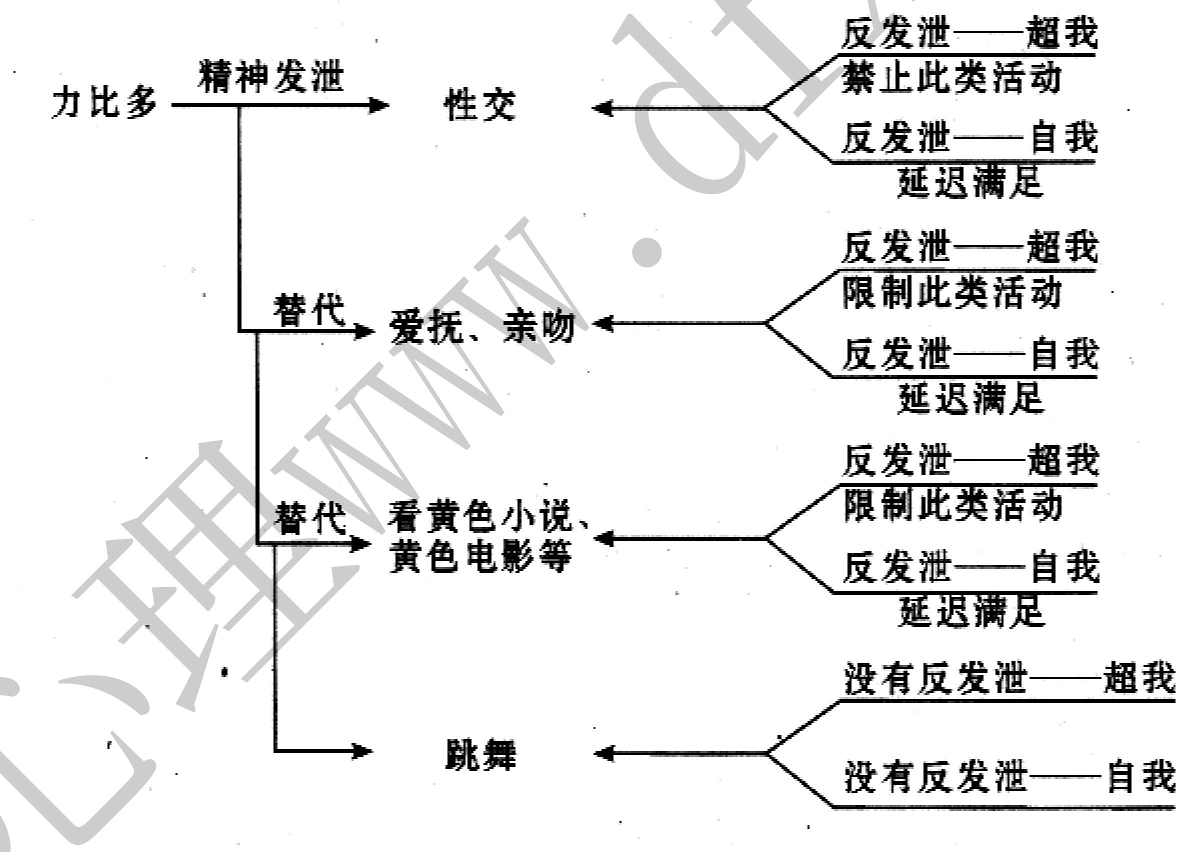


图2-4　力比多的发泄、反发泄和替代过程

弗洛伊德认为，如果力比多发泄的直接与原始的方式是被社会赞许的、高尚的间接方式所替代，就称为升华。弗洛伊德曾对一些著名文学家、艺术家和科学家进行分析，认为他们的伟大成就与原始欲望的升华有关。例如，歌德青年时期钟情于一个女子，可受到阻碍不能如愿，他痛苦万分，几乎自杀。后来，歌德将这种强烈的爱欲转化为创作冲动，写出了《少年维特之烦恼》，此后，他内心平静了，痛苦消失了。因为通过创作活动，他的力比多得到了发泄，从而解除了内心的紧张和烦恼。弗洛伊德特别强调升华的作用，他在《文明及其不满》一书中指出文明和文化的进步依赖于力比多的升华。

没有升华就没有文学、艺术，就没有科学发明和创造。

自我的防御机制还有多种，这里就不一一详述了。弗洛伊德认为，防御机制之间并不互相排斥，因而有时可以多种防御机制同时起作用。每个人通常使用的防御机制有一定的差异，这主要是由个人先前生活经验和环境不同造成的。由于自我防御机制成功地保护了个人免受焦虑的袭击，它们倾向于长时间保持不变。因此，它们对个人人格的稳定性和一致性起了很大的作用。

第三节　以性心理为主线的人格发展阶段论

弗洛伊德不仅重视人格的发展及其阶段，而且强调婴幼儿期生活经验对人格发展的重要意义，因此，在心理学上，有时也把弗洛伊德的精神分析称为“发展理论”。弗洛伊德认为，婴幼儿时期是人格发展的最重要阶段，一个人从出生之后长到6岁时，其人格的基本模式就大致形成了，以后一直保持到终生，几乎没有什么大的变化。正因为早期经验的重要性，一个成人的人格适应问题，追根溯源常常可以从他的童年生活中找到原因。弗洛伊德的人格发展理论是以他的泛性论为基础的，在他看来，性心理发展和人格发展几乎是一个同义语。弗洛伊德认为，人的性心理发展也即人格发展需要经过五个阶段，每一阶段都有其特点和特殊问题，阶段之间的先后顺序是固定的，这种固定的发展顺序是由成熟过程决定的。

一、性、力比多、动欲区

弗洛伊德的两个著名断言之一就是：性本能冲动对人的心理健康与人格发展，乃至对整个人类科学文化的发展具有极其重要的意义。当时，弗洛伊德的断言的确使人震惊、感到难以理解。弗洛伊德解释说，人有两种主要的生物本能：一种是维持个体生命的生存本能，另一种是延续种族的性本能或生殖本能。在弗洛伊德看来，生存本能与性本能相比，对人的精神活动和心理发展的意义不大。因为，生存本能要求迅速满足，其满足过程相对简单，满足方式也很直接，其变化范围很小，而性本能的满足过程和方式就复杂得多，其变化也很大。性本能不一定通过直接的生殖活动来满足，它可以通过亲吻、抚摸、注视，甚至跳舞、体育活动、科学和艺术创造活动等方式来间接满足。实际上，弗洛伊德几乎把人类所有的高尚精神文化活动都看成是性冲动的替代和升华。因此，与生存本能相比，性本能对心理活动和人格发展的意义要重要得多。

一般人都把性和生殖看成是同义语，弗洛伊德则不然，他主张性有广义和狭义之分。生殖活动是狭义的性，而广义的性不仅包括直接的生殖活动，而且包括许多以间接形式发泄性冲动的活动，如接吻、触摸、跳舞等。唇舌、皮肤都不是生殖器官，但刺激它们也可以产生性的快感。因此，所谓广义的性就是一切寻求快感的潜力，弗洛伊德称为力比多。弗洛伊德在其著作中，也常用力比多这一词来泛指心理活动的能量，但是，

力比多更主要是指性本能的能量。弗洛伊德关于性冲动或力比多是人类一切高尚的精神文化活动的基础的断言就够使人难堪了，他还断言幼小的儿童也有性欲，恋母嫉父或恋父嫉母，这更是激起了众怒。

根据弗洛伊德的性理论，幼小的儿童是由混沌未分化的、组织松散的性欲所支配的本能性生物。婴儿的性与成人的性有很大的不同，其区别表现在三个方面：①对婴儿来说，性的最敏感区域不必是性器官，其他区域如口腔、肛门等也可以成为婴儿获得性快感的主要区域；②婴儿性欲的目标不是性交，而是带来性快感的活动；③婴儿性欲倾向于自恋而不是异性恋，即婴儿主要是依靠刺激自己身体上的各种动欲区（性敏感区）或者通过母亲的抚摸得到性欲的满足。

弗洛伊德认为，随着年龄的增长，幼儿性欲最敏感的区域或处于显著地位的动欲区会发生转移，不同年龄阶段的婴幼儿都有其不同的主要动欲区。根据动欲区在身体上的不同定位，人的性心理发展也即人格发展有五个不同的阶段：口腔期、肛门期、性蕾期、潜伏期和生殖期。

二、性心理发展的五个阶段

（1）口腔期（oral stage）：弗洛伊德把从初生到满周岁这段时间称为口腔期，因为在这个阶段婴儿力比多发泄的主要动欲区是口腔。通过口腔活动如吮吸、吞咽、咀嚼等，不仅满足了婴儿饥饿时的需要，而且这些活动本身也提高了性快感。我们常常看到饥饿的婴儿吮拇指的现象，这说明吸吮活动本身也提供了某种快感。

口腔期可以分为两个时期，即前口腔期和后口腔期。前口腔期是指婴儿从出生到满八个月，这段时间内，婴儿的性快感主要来自于吮吸和吞咽活动，唇和舌成了主要的动欲区。力比多的第一个目标是在动欲区的自恋刺激，随后增加另一个目标，即希望与对象协调。通过与对象协调的幻想，婴儿把养育他的人看成是食物或食物的提供者。后口腔期大约是婴儿出生后第八个月到一周岁。随着牙的生长，力比多倾注的动欲区集中在牙、牙龈和咽部。性快感主要来自于吞咽、咀嚼和吞食活动。当遇到挫折时，婴儿常常以咬来报复。这种伤害或毁害对象的欲望被称为“口腔型施虐欲”（oral sadism）。

在口腔期，婴儿通过与食物和食物提供者的协调活动，逐步产生了亲密感，开始把自己与现实环境区别开来。这种现实感的获得，标志着婴儿自我的诞生。儿童的人格不再是单一的、混沌的本我。现实原则逐步取代快乐原则，成为儿童获得满足的主要途径。自我的形成是口腔期最重要的成就。

（2）肛门期（anal stage）：这一阶段大约从出生后第二年起到三岁末。在肛门期，幼儿的主要动欲区，从口腔转移到肛门。肛门的排泄活动成为力比多发泄的主要途径，而肛门期的经验对人格发展具有十分重要的意义。

同口腔期一样，肛门期也有两个时期，即前肛门期与后肛门期。前期力比多的主要目标是通过肛门排泄粪便来解除内部压力以获得快感体验。除排泄粪便解除紧张所产生的快感外，成人对儿童排泄活动的过分注意也增加了儿童对排泄本身的兴趣。儿童保留

粪便，以便在排泄时得到更大的快感。

在后肛门期（又称为保持期），力比多快感主要来自保持粪便而不是排泄粪便。原因在于保持粪便也能产生性刺激，另外，也是由于成人对儿童排泄活动的高度重视。既然这些粪便被人看得如此贵重，那么儿童自然希望保留它们，而不是放弃它们。在这个阶段，父母和儿童之间会产生很大的冲突，父母力图对儿童的便溺行为进行训练，以便养成卫生习惯，而儿童则希望自由地、不受干扰地进行排泄活动。他们想在什么时候排泄，就在什么时候排泄；想在什么地点排泄，就在什么地点排泄。他们往往对父母的卫生训练持敌意和抗拒态度，而父母为了使儿童养成讲清洁、爱卫生的习惯，极力把与排泄有关的都说成是下流的，必须加以隐蔽和控制。在这个阶段，随着儿童主动控制自己，应付环境能力的增强，言语和思维的发展，他们的自我得到进一步的巩固和发展。在这一阶段的晚期，儿童在排便习惯问题上进行了一定的妥协，而儿童的动欲区也就从肛门转移到身体别的部位，儿童的人格发展进入了一个新的阶段。

（3）性蕾期（phallic stage）：大约从三岁到六岁是性蕾期。在这个阶段，儿童的动欲区转移到了生殖器，儿童通过抚摸、显露生殖器获得力比多的满足。

弗洛伊德认为，这一时期内儿童不仅对自己的性器官发生兴趣，有手淫行为，而且他们的行为开始有了性别之分。在这个阶段里，对人格的发展最为重要的事件是在儿童心中产生了有关父母的情绪冲突，即男孩心中的俄狄浦斯情结（Oedipus complex）和女孩心中的伊利克特拉情结（Electra complex）。

弗洛伊德说："在三岁之后，儿童开始表现出一个对象的选择，对某些人深情偏爱。"对于男孩，他所选择的第一个恋爱对象是自己的母亲。男孩想独占母亲，而父亲的存在是一种干扰，于是男孩内心中产生了一种对父亲的嫉恨、仇视的潜意识倾向。男孩心中这种恋母嫉父的情绪纠葛，被弗洛伊德称为俄狄浦斯情结。俄狄浦斯是古希腊神话中一个国王的名字，这个国王由于命运的安排在无意中"弑父娶母"。弗洛伊德借这位不幸国王的名字来表示男孩的这种情结。

在同父亲争夺母亲爱情的过程中，男孩感到自己的力量有限，无法战胜对手，并且还产生了"阉割恐惧"（fear of castration），即害怕强大的父亲割掉自己的性器官。这种"阉割恐惧"迫使男孩抑制恋母倾向及对父亲的憎恨，由此本我和自我之间会发生激烈的冲突。为了解决这种冲突，男孩开始尽量以父亲为榜样，模仿父亲，并认同父亲。通过认同（identification）来获得对母亲性冲动的间接满足，同时认同本身也促使儿童习得男性行为，形成男子性格。

对于性蕾期的女孩来说，情况就更加复杂。女孩最初与男孩一样，对母亲也有强烈的依恋之情，但是当女孩在注意到两性的差异时，这种依恋之情就降低了。女孩认为母亲有目的地夺取了她的那种有用的器官，故对母亲产生了嫉恨。相反，女孩对父亲的感情成倍地增长。但是她对父亲的好感又伴随着嫉妒。如此看来，女孩的处境比男孩更为不妙，因为她面临着双重的冲突。为了解决这种冲突，女孩需要认同于母亲，通过对母亲的认同作用获得女性性格和女性行为。

弗洛伊德特别重视儿童如何解决自己内心的俄狄浦斯情结，认为若解决不好这些情结，往往会导致各种性变态和心理失常。比如一些人的同性恋，就是由于儿童时期对自

己的异性父母产生了强烈的认同和模仿所造成的。解决恋母或恋父情结，不仅对于儿童心理健康很重要，而且对儿童人格的发展具有重要的意义。弗洛伊德甚至把它看成是人类“宗教和道德的最后根源”。在解决恋父或恋母情结的过程中，儿童以自己同性别的父亲或母亲为榜样，模仿他们，认同他们，这样不仅使儿童获得男性或女性行为风格，而且还把父母的道德观念、社会态度内化为儿童自己的东西，从而形成儿童第二自我，即超我。

（4）潜伏期（latency stage）：按照弗洛伊德理论，当儿童解决了俄狄浦斯或伊利克特拉情结后，他们的力比多冲动就处于暂时的潜伏状态，性兴趣被其他兴趣，如探索自然环境、知识学习、文艺体育活动以及和同伴交往等所取代。这段时期被弗洛伊德称为潜伏期。性潜伏期一直延续到十二岁左右。在这段时间里，由于儿童生活范围的扩大和在学校吸取了系统知识，儿童人格中的自我和超我部分获得了更大的发展。男女儿童之间的关系较疏远，团体活动时多是男女分组，甚至壁垒分明、互不来往。这种状况一直维持到青春期才又发生变化。

（5）生殖期（genital stage）：在以上性心理发展的时期内，儿童虽然具有性冲动，但它主要是一种“自恋”性质的冲动，性的满足主要来自于自己身体感受的刺激和对自己性器官的抚弄。弗洛伊德把前几个性心理发展阶段统称为“前生殖期”（pre-genital stage）。进入青春期后，由于性器官的成熟，儿童的性冲动再次萌发，他们开始对异性发生兴趣，喜欢参加由两性组成的集体活动。这时儿童的心理发生了根本的转折，从“自恋”转变成了“异性恋”。异性恋倾向一旦形成，就一直持续到人的一生，以后再不会发生根本性的变化。弗洛伊德把性心理发展的最后阶段称为“生殖期”。从这个时期起，人类个体就开始摆脱对父母的依赖，成为社会中一个独立的成员。他们寻找职业，选择婚姻对象，开始异性恋的生活，生育和抚养后代。

三、停滞、倒退和人格特征

基于性心理的演变，个体的人格发展经历了五个阶段。从低级阶段进入到较高级阶段，其首要条件是顺利解决前一阶段的主要矛盾和冲突，不至于发生严重的心理障碍。反之，不能解决好前一阶段的矛盾和冲突，发生了严重的心理障碍，就不能完全过渡到较高一级阶段，因为低级阶段的特征在很大程度上保持下来了。心理障碍可以导致任何阶段的发展停顿或延缓，这种现象称为停滞。由于早期阶段发展停滞使某些早期的特征保留在以后的阶段中，当个人面临危机或受挫时，他很有可能退回到较早的阶段，这一过程称为“倒退”。停滞和倒退是相互补充的，停滞的现象越严重，就越容易产生倒退。

人格发展的停滞和倒退与早期某些经验有密切的联系，这些因素包括：①当儿童需要安全时，即他感到焦虑时，只给予某种本能需要的满足。如一个儿童害怕时，母亲仅给他吃奶，其余不管。如果幼儿经常有这类经验，他就很可能形成发展的停滞或倒退。②当某种本能要求受到极端的挫折或剥夺，将导致个人强烈地、连续地要求满足这种本

能需要。③本能需要的过分满足，或对个人的过分纵容和宠爱，使他不情愿离开较低阶段而向较高阶段发展。④过分满足和过分挫折的交替。⑤从过分满足突然转变到过分挫折等。

停滞和倒退不仅使个人人格发展受到阻碍，而且会对人格结构特征产生深刻的影响。某些人在成人以后，还保留着早期发展阶段的心理特征，这主要是因为他在早期阶段有过停滞或倒退的经验。进一步说，一个成人的人格特征往往是他早期阶段发展的停滞和倒退的反映。一个在口腔期产生过停滞的人，长大后会具有口腔型特征。在肛门期发生停滞或倒退的人，成人时往往具有肛门型特征，如此等等。在成人中间，可以发现几种典型的人格特征类型。

（1）口腔型特征（oral character）。口腔期发生过停滞的人，会有口腔型特征。具有口腔型特征的人只对自己感兴趣，而对他人的看法则完全从"他能给（喂）我什么"着眼，总要求别人给他什么东西（不论物质上的还是精神上的），不论采取乞求还是攻击性的方式索取，总离不开口腔期"吮吸"的本质。他们在生活和工作中追求安全感，扮演被动和依赖的角色，他们是退缩的、依赖的，好嫉妒、猜忌和苛求别人，遇到挫折易怒、易悲观和仇视人等。据弗洛伊德的看法，咬和吮手指、吸烟、酗酒、贪吃和接吻等行为多与口腔期停滞有关。

（2）肛门型特征（anal character）。肛门期停滞所导致的人格特征被称为肛门型特征。肛门期儿童的主要冲突是粪便的累积和排泄，父母对他们的大小便训练和他们对训练的抵抗。如果父母对子女的卫生训练过分严厉或放纵，都可能使儿童人格发展停滞，形成肛门型特征。肛门型人格有两个亚型：一是肛门便秘型，另一是肛门排泄型。便秘型的最基本特征有三种：讲究秩序和整洁，过分吝啬或节约以及固执或强迫性。弗洛伊德把过分整洁和讲求秩序看成是对父母卫生要求屈从的延续，把过分节约看成是儿童在肛门期粪便保持和积累习惯的进一步发展。肛门便秘型特征者的时间观念很强，不愿浪费任何时间，他们不断累积钱财，节省和不愿花用钱财。他们不是把金钱看成是使用的东西，而只把它看做贮存的对象。他们对时间和金钱的看法类似于早期儿童对粪便的看法。肛门期某个时候，儿童特别珍视自己的粪便，尽量保持而不愿放弃。固执这种特征是一种消极被动的反抗和攻击，它发源于肛门期儿童对父母大小便训练的反抗。与便秘型特征相反，排泄型特征者有肮脏、放肆和浪费的习惯。

（3）性器型特征（phallic character）。这类特征是性蕾期没有解决好俄狄浦斯情结和伊利克特拉情结所导致的。具有性器型特征的人，行为轻率、果断和自信，这些行为特征主要是对"阉割"焦虑的反抗。性器期儿童对性器官过高的评价，导致了强烈的自负、夸张、好表现和敏感，他们常常显出攻击性和挑衅性。他们的攻击性、支配性和易怒都是"阉割恐惧"的反映。他们的勇敢和冒险行为也是对这种恐惧的过度补偿。性器型特征实质上是极端自私和自恋，它妨碍良好人际关系的建立。性器型特征者力图表现自己的男子汉气概，因而对妇女往往是粗暴和具有敌意的。性器型女子受强烈的阴茎嫉妒所驱使，总想在生活中扮演男性角色，力求超越男子。

（4）生殖型特征（genital character）。弗洛伊德认为极少有人真正达到了人格发展的最高阶段——生殖阶段，因为人们很难顺利地、彻底地解决早期发展阶段所存在的各

种心理矛盾和冲突，而不至于产生停滞和倒退。一个人只要有过停滞和倒退，他就不可能完全达到最高阶段，具有与该阶段相应的人格特征。与生殖阶段相应的人格特征称被为生殖型特征。生殖型人格是弗洛伊德最推崇的理想人格。具有这种人格的人，不仅在性的方面，而且在心理和社会方面都达到了完美的境界。他们能消除本能力量的破坏作用，使之富于建设性。他们有能力建立完满的爱情生活，获得事业上的成功。换句话说，具有生殖型性格的人，有能力控制和引导他们自身的大量力比多能量，使之通过升华的途径释放出来，为人类社会的文明和共同福利作出贡献。

第四节　古典精神分析的研究、测量与应用

一、研究方法

任何科学理论都要建立在研究手段和收集材料的方法的基础上，弗洛伊德的理论也不例外。了解弗氏的研究方法，有助于我们理解他的理论。弗洛伊德的主要研究方法有自由联想法、梦的分析和日常生活中的心理分析等几种。

（一）自由联想法

从前面我们已经知道自由联想法是从催眠术中演化出来的。最初，布雷尔在用催眠术治疗安娜·O. 的过程中，发明了精神宣泄的“谈话疗法”。简单地说，谈话疗法就是在催眠的条件下引诱患者把自己以往致病的创伤经验或事件尽情吐露出来。当这些致病的创伤经验被完全暴露在意识中，各种症状就会自行消失。后来，弗洛伊德采用这种谈话疗法来治疗病人，逐渐创立了自己的自由联想法。这种方法既是一种治疗方法，又是一种收集资料的研究方法，它构成精神分析的基本方法。

精神分析家在使用这种方法时，让病人在一间安静的房间里，放松地躺在一张躺椅或床上。病人背向分析家，在分析家鼓励下病人回忆、自由联想，并将所想到的讲出来。在运用这种方法的过程中，关键是要求病人把所想到的一切都讲出来，而不管这些想法是无关要紧的胡思乱想，还是可笑的或使人不好意思的念头。这种方法的目标是把压抑在潜意识中的引起病人变态行为原因的东西揭示出来。这样，分析家一方面使病人清醒地意识到那些东西，以便正视它们，消除它们的不良后果，恢复心理健康；另一方面，使自己获得大量有关无意识、人格结构和机制的研究材料。

自由联想法所依据的基本原理就是弗洛伊德的心理决定论。在弗洛伊德看来，自由浮现在心头的任何东西，不论是一个词、一个数字，还是一个人名、一件事情，都不是无缘无故的，都与前后联想的东西具有一定的因果联系。正因为如此，弗洛伊德试图通过自由联想来发掘埋藏在精神病人无意识深处的症结或病根。心理学的创始人冯特从实验心理学的角度曾提出联想实验，而弗洛伊德从临床心理学的角度提出了自由联想的方

法，这两种方法基于不同的方法论与研究传统，但有其共同的地方。因而，后来荣格将冯特的联想实验加以改进，提出了单词联想测验的方法，从而建筑了从实验心理学通往精神分析的第一座桥梁。

（二）梦的分析

弗洛伊德把梦的分析称为“通向无意识的康庄大道”。梦的分析是弗洛伊德研究的基本工具之一，它为弗洛伊德开启了无数秘密之门。弗洛伊德认为，梦有显像和隐意之别，显像是回想梦里发生事件时所讲出来的内容，而隐意是蕴涵于显像之中的真正含义。在弗洛伊德看来，梦的实质就是被压抑的无意识欲望的一种变形的满足方式。

弗洛伊德认为，梦的显像有三个来源：首先是感觉刺激。一个人在睡觉时，其感官仍有可能感受到内外刺激，如听到汽车喇叭声，感受到热或冷等。一个人说他梦见了火灾，很可能因为他睡觉时盖的被子太厚，感到很热所致。其次，梦的第二个来源是发梦者在清醒时的所思所想，所谓“日有所思，夜有所梦”。梦的第三个来源，也是最为重要的来源就是本我冲动。当人清醒时，本我冲动受到自我或超我的阻碍，无法直接表现与满足。这种受压抑的冲动或欲望往往就会以梦的形式表现出来。由于自我与超我的强大，本我难以通过梦境直接表达冲动，需要对梦的内容进行某种歪曲或伪装，所以梦的显像往往乱七八糟，无法理解。分析家的工作就是要从这些表面上杂乱的显像中揭示伪装了的、变形了的潜意识欲望与冲动，也就是梦的隐意。

无意识中的欲望与冲动一般以两种方式在显梦中表现出来：一种称为符号化，另一种称为梦的制作。通过符号化，受抑制的内容并没有被歪曲或被伪装，而是以某种符号的形式在显梦中直接表达出来。由于符号是一种自我或超我难以辨认的形式，因此，自我或超我一般不给予抑制，而让其直接表达出来。弗洛伊德认为，梦中的符号有许多，一些符号对于做梦的人来说，具有特殊的意义，而另一些符号则对每个人来说都是普遍性的。也就是说，符号具有两种：一种是特殊的符号，另一种是一般的符号。一般的符号包括代表人体、父母、孩子、兄弟姐妹、出生与死亡、生殖器与性活动等各类符号。

人体通常以房子来象征，或者说房子是人体的符号。如果房子的墙壁是光滑的，则代表男人；如果房子有壁架、阳台等，则代表女人。父母以各种权威人物，如国王、警察来代表，而老鼠、松鼠等小动物则代表孩子。有些符号代表男女生殖器，如阴茎可以用棒子、杆或柱，以及枪、炮、针等许多表象来象征，而洞、坑、门、窗等往往代表女性生殖器。性快感通常用糖或果脯象征，弹奏乐器象征手淫，跳舞、骑马或缓步行走等有节律的活动象征性交。受到武力威胁，成为暴力事件的受害者，或被汽车、火车撞倒，也象征性交。以上列举的是一些具有普遍意义的象征符号，分析家在分析梦的内容时，不仅仅要明了这些一般符号，而且要了解做梦者个人独特的生活背景与经验，从而确定梦中的物体或事件对于做梦者的独特含义。

梦的制作就是将梦的隐意即潜意识的欲望与冲动伪装和歪曲成自我或超我难以觉察的显梦的过程。梦的制作有多种机制，它们并不遵循逻辑的原则。其中之一是压缩，即把多个不同的观念或表象压缩、结合成一个单一的观念或表象。例如，一个关于办公大楼的观点、一个坐在手提箱上的男人的表象、一双绣花鞋的表象等，这些单一的观点或



表象就像一份极为简短而不带有情感的电报，却记载着非常复杂而有趣的事件。梦的制作的第二种机制称为替换，它包括两种情况：一是把梦中重要的或关键性的因素如本能欲望或使人内疚的思想用不重要的因素来替换，或用一种引喻来代替。第二种情况是把梦中思想的重点或中心转移到别的地方。梦的制作的第三种机制是把思想观念转化为视觉形象，虽然并非所有思想都必须转换为视觉形象，但视觉形象却是梦的结构的基础。其实人的清晰明确的抽象思想观念往往是从较为含糊的视觉表象中发展起来的。这一梦的制作机制就是一个反过程，通过这一过程，个人明确的思想观念变得模糊起来，使得自我或超我不能确定它们的真实含义，从而避免了抵制。梦的制作的第四种机制是反向作用，即将那些无意识的观念或冲动以其相反的形式在显梦中表现出来。例如，害怕母亲离开自己的男孩梦见母亲回到了自己身边。以上梦的制作机制，其实质都是做梦者在潜意识中把自己的真实思想与欲望伪装、歪曲成自我或超我不易觉察的形式，即显梦。

梦的分析实际上就是梦的制作的反过程，即将显梦翻译为梦的隐意，或做梦者的无意识观念与欲望。

（三）日常生活中的心理分析

弗洛伊德指出，受压抑的观念和欲望不仅表现在精神病人的症状和变态行为上，而且也表现在正常人的日常生活中。在日常生活中，人们往往有失误、遗忘等情况。这些情况似乎是偶然的，但是在弗洛伊德看来，绝没有偶然性可言，任何事件都是被决定了的，或者说都是有原因的。失误、口误、遗忘等生活中表面上的偶然事件，实际上隐藏着人的真实动机，即受压抑的无意识欲望和观念。

弗洛伊德把日常生活中的错误分为六类：①口误；②笔误；③遗忘；④遗失、误置与误取；⑤误读与误听；⑥多种错误的混合。这里我们仅举几个例子简单分析一下。一个人忘掉了约会的时间，很可能他潜意识中开始厌倦对方，而不想赴约。正是这种潜意识的动机抑制了他的记忆，导致了遗忘。依照精神分析的观点，遗忘是由于压抑，人们想压抑某种欲望或想法，因为这样的欲望与想法使他感到焦虑不安。如果遗忘是一种成功的压抑，那么口误、笔误以及失误可看成不太成功的压抑活动，因为一时的疏忽，人们不假思索地说出自己无意识中的真实想法或欲望。例如，某会议主席在会议开始时宣布会议结束，这暴露了他不想开会的真实动机。

通过对日常生活中人们的各种错误、遗忘的分析，弗洛伊德开辟了通向无意识的又一途径。

（四）幽默

人们对于幽默和笑话一向是津津乐道，即便是些传了几代人、听了几十遍的幽默和笑话，当别人再一次讲起时，我们依然会像从没听过一样情不自禁地为之捧腹。弗洛伊德在其《幽默及其与无意识的关系》（1905）一书中，对幽默作了一番详尽的分析。其中重点分析了两类玩笑，即有关攻击性的玩笑和有关性的玩笑。

人们为什么对这两类玩笑兴味盎然、乐此不疲呢？弗洛伊德认为，这是因为这种玩笑能够使通常被压抑的无意识冲动得以宣泄。尽管我们的无意识深处对某一个人或某一

群人的攻击欲望很强，但我们的暴力行为总是被强有力的自我和超我及时制止。只有一种合乎社会行为规范的发泄方式，那就是开侮辱性的玩笑。“通过鄙夷、讥讽、污辱、傲视对方，我们间接地获得战胜他们的快感。”同样，我们可以通过社会规范许可的方式即性幽默来谈论有关性的话题。在许多社会生活情境中，公开地谈论性是不大体面的，然而开开性玩笑却不仅是允许的，甚至常常能够得到某种鼓励和嘉奖。

由此可见，幽默，至少是攻击性幽默和性幽默的实质是个体以一种社会赞许的方式来发泄本我欲望与冲动。弗洛伊德之所以要研究幽默，是因为幽默提供了关于无意识本我冲动的信息。如果你要了解某个人的本我欲望，你可以去了解他所喜欢的幽默是什么；如果你要了解一群人或一个民族的精神深处，你也可以从他们所喜欢的幽默中获得某种认识。

弗洛伊德的研究方法与实验心理学研究方法有很大差异。弗洛伊德的理论贡献和局限性在很大程度上都归因于他的研究方法的特殊性。其特殊性表现在以下几个方面：

第一，在研究中，弗洛伊德着重了解有关心理的非常态现象和特殊现象。他把精神病患者和人格变态者作为研究的主要对象，力图从他们那里收集到有用的资料。虽然弗洛伊德也考察正常人，但他主要考察正常人的一些特殊心理现象，如做梦、口误、遗忘、迷信观念等。这个特点使弗洛伊德的研究方法有一定的优越性。从认识论的角度看，只有当事物的变化发展到一定程度后，才有可能认清它们的本质。若事物的发展过程还没有充分展开，那人们是很难把握住它们的。同样，在考察人的心理现象时，心理的变化发展到一定程度是把握住其规律的一个重要条件。非常态和特殊的心理现象，往往是心理变化到极端的一种表现，它以展开的形式给认识者强烈的印象和震动，因而有助于人们认清它的本质。因此，弗洛伊德通过对变态心理和特殊心理现象的研究，对人格及其发展的本质和规律获得了某种领悟，并取得了重要的研究成果。

当然，弗洛伊德方法上的这一特点，并非绝对的优点，如果研究者掌握不当，这种特点会给他们的研究带来消极后果。弗洛伊德理论的局限性在很大程度上是由于他过分依赖变态心理和特殊心理现象的资料。人本主义心理学家马斯洛认为，弗洛伊德之所以忽视人的优良品质，是因为他只重视人的黑暗方面，即人的病态方面。

第二，弗洛伊德着重从整体出发研究人格，而不重视对人格的个别方面和特殊机能的考察。他不像正统心理学家那样，采用元素分析的方法，通过实验把每一种变量孤立开来加以研究。弗洛伊德的方法不是在实验室的短时间内进行，而是在临床中长时间地研究整个人，并且利用人过去和现在经历的一切有用的资料，对人格进行综合研究。因此，弗洛伊德的研究方法具有整体性和综合性，这是弗洛伊德方法的一大优点。弗洛伊德这种在长时间里对一个人进行的全面的、综合的观察和研究的方法被称为临床法。正是弗洛伊德开创了心理学中的临床法，这种方法被以后的心理学家，如皮亚杰、罗杰斯、马斯洛等人所继承和发展。

第三，弗洛伊德的方法既是一种研究方法，又是一种精神病的诊断治疗方法，它既具有研究价值，又具有实用意义。通过这种方法，弗洛伊德一方面从精神病人那里获得大量研究人格问题的第一手资料，从而建立了自己的理论；另一方面了解了病人潜意识病因，并疏导其压抑的能量，从而减轻或消除症状，以期达到较完善的人格。弗洛伊德

的理论来源于精神病治疗的临床实践中，又运用于临床活动，对治疗病人起指导作用，并在实践中得到修正和完善。弗氏精神分析理论之所以经久不衰，具有旺盛的生命力，其原因之一，就是它与临床实践的紧密结合。

第四，弗洛伊德的研究方法缺乏科学的严谨性和精确性，因此，弗洛伊德受到实验心理学家的严厉指责和嫌恶。弗洛伊德是在未加控制和不系统的条件下收集资料的。他对病人所讲的话不作精确记录，而是在事后通过回忆写记录，同时又分析思考这些记录，这样的记录很难达到精确的程度，它往往掺杂有弗洛伊德本人的主观猜想成分。同时，弗洛伊德根本没有打算确定病人的报告的准确性和真实性，因而弗洛伊德理论所依据的很可能是不完全的和不客观的材料。由于弗洛伊德并不把他的资料数量化，因此，不可能确定研究的结果在统计学上的意义。弗洛伊德理论的许多概念不可能通过实验来考验，因为他们是不精确的、含糊的和非操作性的，难以和具体实际变量联系起来。总之，与科学方法论主流相脱离，这是弗洛伊德研究方法的一个缺点。

今天不少精神分析学家采用客观观察法、实验法研究人格问题，他们还对弗氏理论的一些基本概念和命题进行精确的定义和实验检验，这些努力使精神分析和实验心理学之间的分歧缩小了。在人格问题上，精神分析法存在着自身的优势，不能完全排斥，把精神分析法和实验法结合起来是很有必要的。

二、人格评价：投射测验

根据弗洛伊德的理论，无意识是人精神世界的主要内容与特征，个体不能真正意识到自身的内部欲望与冲突。因此，在弗洛伊德看来，要想通过被试自我报告的方式测量一个人的人格是不可信的。弗洛伊德认为，人们往往在描述某些模糊刺激如天空飘浮的云彩中会无意中流露出内心的秘密。这就是一种投射的心理现象，它是指个人把自己的思想、态度、愿望、情绪、性格等心理特征无意识地反映在对事物的解释中的心理倾向。由于心理投射的作用，人们常常把无生命的事物看成有生命的事物，把无意义的现象解释成为有意义的现象。有如杜甫的名句："感时花溅泪，恨别鸟惊心。"在这种情况下，个人对客体特征的投射性解释所反映的不是客体本身的性质，而是解释者自己的心理特征。因此，运用投射技术测量个人对特定事物的主观解释，就有可能获得对受测者人格特征的认识。基于这种思想，弗洛伊德的后继者发明了一种测量人格的技术，即投射测验。

投射技术作为一个心理测量术语，是由主题统觉测验（TAT）的创建者默里在1938年最早使用的，但投射测验作为一种心理测量技术早在17年前就开始探索并实际应用了。1921年，罗夏发表了他编制的墨迹测验，但这个测验一直未能引起人们的重视。直到1938年，富兰克才首次清楚地表述了这一技术的重要性。他认为投射技术能够唤醒被试的内心世界或个性的不同表现形式，从而在反应中"投射"出这种内在的需要和状态。

投射测量的基本方式是向受测者提供预先编制的一些未经组织的、意义模糊的标准

化刺激情境，让受测者在不受任何限制的情况下，自由地对刺激情境作出反应，然后通过分析受测者的反应，推断受测者的人格特征。其具有以下特点：

（1）测验材料一般都很含糊，模棱两可，没有明确的含义，而受测者也不受任何限制，可根据自己的理解去解释。事实上，刺激材料越不具有结构化，反应就越能代表受测者人格的真正面貌。

（2）测验的目的具有明显的隐蔽性，受测者一般不知道自己的反应将得到何种心理学解释，这在很大程度上排除了受测者的伪装和防卫，使测验的结果更能反映受测者真实的人格特征。

（3）对测验结果的解释重在对受测者的人格特征获得整体性的了解，而不是对某个或某些单个人格特质进行关注。

由于投射测量试图探讨无意识过程，对反应的解释就不可避免地深受精神学说的影响，在20世纪40年代至60年代，精神分析的思想在人格理论和研究中的影响最大，而其间投射测量的增长数量也最大。精神分析技术强调人格结构中的无意识范畴，认为个人无法凭其意识说明自己，因而问卷法无法有效地了解人格结构，必须借助某种无确定意义的刺激情境，使个体隐藏在潜意识中的欲望、要求、动机冲突等泄露出来，或者说使受测者不自觉地投射出来。这种假设正是投射测量的理论基础。

学者对常用的各种投射进行过分类，不同的学者有不同的分类方法。用得较多的分类方法是G. 林达塞根据反应方式进行分类的方法。他把投射测验依次分为五类：

（1）联想法：要求受测者说出某种刺激（如单词等）引起的联想，一般指首先引起的联想。荣格的文字联想测验和罗夏墨迹测验即为这类测验。

（2）构造法：要求受测者根据提供的材料编造一个故事，可从故事中探测其个性。例如默里的主体统觉测验和儿童统觉测验。

（3）完成法：提供一些不完整的句子、故事等材料要求受测者进行自由补充。例如语句完成测验等。

（4）选择或排列法：要求受测者根据某一标准（如美感）来选择题目，或做各种排列，由此显露受测者的个性。

（5）表露法：要求受测者用某种方法（如绘画、游戏等）自由地表露其人格。例如画人测验、画树测验等就属于此类。

这种分类法较为实用，但各类之间的界限并不是绝对的，有许多测验可能兼有不同的形式。投射测验主要有罗夏墨迹测验和主题统觉测验，下面将详细介绍这两种测验。

虽然投射测验在国外被广泛地应用于对人格特征的评价过程中，尤其是20世纪40年代至60年代的临床心理学工作者更是把它视为临床诊断中不可缺少的工具。但是，对投射测验的批评却一直没有停止过。除了谈到操作此种测验的技术极度复杂、难以掌握、难以获得数量化的资料外，最为严重的批评莫过于对投射测验的信度和效度持质疑态度。以罗夏墨迹测验为例，虽然有研究资料认为它的信度和效度是不错的，但是更多研究结果的一个原因是投射测验本身的性质决定了难以获得确切的信度和效度资料，也难以在不同的测验结果之间进行有效的比较。

罗夏墨迹测验是由瑞士精神病学家罗夏经过长期的试验和比较研究后创制的一种投

射测验，出版于1921年，共有10张图形卡片。此测验曾一度流行欧美，但目前应用已不及当年那么广泛。罗夏的10张卡片上的墨迹形状各异，内容毫无意义（见图2－5）。其中五张黑白的，五张彩色的。这10张卡片编有一定的次序，测验时要按顺序呈现。测验开始之前，要给受测者一个标准的指导语，指导语不能提供任何暗示。指导语如下："你将要看到的是印着偶然形成的墨迹图案的卡片，请你将你看图时所想到的东西，无论什么，都原封不动地说出来，回答无所谓正确和错误，所以请你想到什么就说什么。"



图2－5 墨迹测验图

实验测量过程可分为三个阶段：①自由联想阶段，受测者根据材料自由地展开联想，主试只负责忠实地记录受测者反应的内容和速度等特征，对受测者提出的问题作模糊的回答，但可以鼓励受测者联想。②提问阶段，在受测者对10张图片自由联想之时，主试可从第一张图片开始询问受测者，问题包括：反应是根据哪部分作出的？引起反应的因素是什么（颜色、形状等）？③极限试探阶段，确定受测者能否从图片中看出具体的事物。

罗夏墨迹测验一般根据四个方面的内容记分，每个方面都有规定的符号和它们可能代表的意义。

1. 反应部位

反应部位是指受测者所注意到的墨迹部分，是整体或局部。它有五种类别：①整体反应（W）。受测者对墨迹的全部或几乎全部进行反应。W分数过高可能表示受测者思维过分概括的倾向，或愿望过高。W分数过低或没有，表示受测者缺乏综合能力。②普通局部反应（D）。受测者对被墨迹图的空白、浓淡或色彩所隔开来的大部分进行反应。有较多数量D答案的受测者，可能有良好的常识。③细微局部反应（d）。受测者对被墨迹图的空白、浓淡或色彩所隔开来的细微部分进行反应。④特殊局部反应（Dd）。受测者对墨迹的极小的或不同一般方式分割的一部分进行反应。分数过高的受测者可能刻板或不依习俗的思维。⑤空白反应（S）。受测者对墨迹部分作为背景，将

空白部分作为对象，对白色空间进行反应。

2. 决定反应因素

这是受测者反应的主要依据，即墨迹中的何种因素使受测者产生了特定的反应，是墨迹的形状，还是颜色等？一般有四种因素：①形状反应（F）。知觉由形状或者形式决定。根据形状的相似程度可以分为F+、F、F-。F+是指受测者的反应与墨迹形状甚为相似，受测者通常被认为具有现实性思维；F-则相反，极差的外形相似性，可能意味着受测者思维过程混乱。②运动反应（M）。受测者在墨迹中看到人或动物在运动。M多表示情感丰富，M少可能意味着人际关系差，M也是表示内向性的符号。③浓淡反应（K）。受测者的反应决定于墨迹的阴影部分，可被认为是焦虑的指标。④色彩反应（C）。受测者的反应由墨迹的色彩决定。C分高表示外向，情绪不稳定。

3. 反应内容

反应内容是指受测者所联想到的具体形象，主要有以下四型反应内容：人（H）、动物（A）、解剖（At）、性（Sex）、自然（Na）、物体（Obj）等。如果A分高，表示智力低下、思维刻板。

4. 普遍性反应

普遍性是指受测者反应的内容是否具有独特性，有普通反应（P）和独创反应（O）两种情况。作出比较特殊反应的受测者可能是富有创造性，也可能是病态思想的表示。这只有经验丰富的主试才能作出正确的区分。

罗夏墨迹测验的评分和解释是很困难的，极费时费力，且需要训练有素、经验丰富的人才能掌握这种方法。而且对测验结果还必须从多方面作综合的解释，不能单凭任何一个结果的情况来判断一个人的人格。

罗夏墨迹测验发表后，很多人认为是一大创举，该测验被译成多种文字。可以认为，20世纪40年代至60年代是墨迹测验的黄金时代。该测验主要应用于精神医学的临床诊断，也可以用于人格研究和跨文化研究。有人认为，这种测验在研究潜意识上特别有效。但是，这种测验记分和解释都是费时费力的，而且结果的解释常常带有主观性，对主试的要求较高，非一般施测者所能为。另外，测验的信度和效度低。因此，该测验现在应用较少，在我国，只有龚耀先等人在小范围内做过试用。

三、精神分析的应用：精神分析疗法

弗洛伊德的精神分析具有广泛的应用价值，它不仅用于心理治疗的临床实践，而且应用于宗教、伦理学、文学和人类学等许多社会科学领域，有助于分析与解释诸多社会心理现象，诸如图腾禁忌、文艺创作的动机、宗教产生的心理根源、快乐产生的心理机制等。这里重点介绍一下精神分析在临床实践中的应用，即精神分析疗法。

精神分析疗法最经典的技术有自由联想法、移情分析法、梦境分析法等；后来有荣格的心理分析法、阿德勒的心理分析法、约翰·罗森的直接分析法和哈伯德的戴尼提回思术等，这些心理治疗方法都与弗洛伊德的古典精神分析有相当紧密的联系。这里简单

介绍以下三种治疗方法：

1. 自由联想法

这种方法主要是由施治者诱使病人讲出头脑中的一切事情，不管这些想法与主题是否有关，是多么零乱、不合逻辑或羞于启齿，都得引导他们讲出来，以便从求治者所述的词句、事件和想象中推论其间的联系，把压抑的动机及其冲突召回到意识中来。这样，一方面使得受压抑的欲望和情绪得到释放与疏导，另一方面，那些心理冲突和问题在患者意识和理性的思考下得到解决。

由于自由联想的方法要求治者毫不保留地说出自己想到的任何事情，而求治者又可能经常受到自己潜意识中对不符合道德事实的回忆的抵制，即"阻抗"，施治者就得设法穿过阻抗区，将无意识召回到意识中来。在这一过程中，对移情反应的分析又成为关键。在移情中，求治者根据过去积累的信仰体系和态度，对施治者产生一种强烈的、无现实根据的情感或期望，并将其视为自己的配偶、父母或仇人等。施治者在对求治者进行治疗时，便应假定自己将在训练治疗中遇到的问题，即"反移情"。这既有利于使求治者的自由联想穿过阻抗区，又有利于通过移情分析真正了解求治者情感生活的重要线索，还可以对求治者产生的新依赖有所预防。

2. 梦境分析法

弗洛伊德认为，梦并不一定表明未来怎样，但它可能说明以前如何。他认为梦是人的愿望的满足。这种满足的方式可能有三种情形：一是愿望的直接满足，如因为饥饿梦见吃东西；二是愿望的反向满足，如因为失败而梦见成功；三是愿望的象征满足，如因为追求异性失败而梦见自己不能驯服一匹马。

3. 直接分析疗法

这种方法是由罗森首创的一种现代心理动力学疗法。施治者不是去等待求治者产生顿悟，而是提出自己的解释并且向其直接陈述这些解释，这样就能避免求治者的习惯和心理防御的干扰。这种方法常用于治疗精神分裂症，对那些思维混乱和退缩型病人或心理障碍者也很适用。

直接分析疗法不像传统的心理分析疗法那样通过漫无边际的自由联想或对梦境和过失作一番分析再去接触"原始冲突"，然后剥去其伪装，把潜意识提升为显意识，待求治者产生顿悟后才施予"再教育"；它也不像认知疗法那样把一般的情绪都看做是由认知发动和维持的，认为要把歪曲的认知加以矫正就可使紊乱的情绪条理化，行为便会有良好的适应。但直接分析疗法又与上述的两种疗法有相似之处。在形式上，它更像认知疗法的合理情绪疗法和领悟疗法，即都是向求治者直接进行陈述和解释；在理论上，它又与传统的分析疗法一样，把对求治者的根本内心冲突的解释集中于性欲上。

下面是用释梦法治疗的一个病例：

病人 O 是一个 16 岁的女孩，她在 4 岁时被父母遗弃，7 岁时被人收养，收养她的家庭很安定，而且笃信宗教。从 14 岁起她总是梦到养父对她进行性猥亵。O 是否有着区分幻想和现实的能力还不清楚，但她对养父已形成了一种既爱又怕的态度，到了 15 岁，她开始出现一些较严重的越轨行为，包括经常离家出走、吸毒以及与很多男孩发生性关系等。O 的行为使她自己产生了强烈的内疚、焦虑、无助和恐惧等，并担心无法控

制自己的行为。治疗刚开始时医生主要关注她的梦。她报告说自己又一次梦见养父抚摸她并试图与她性交，她在极度恐惧中醒来。下面是治疗过程中医生与病人之间有关这个梦的部分对话。

治疗者：你对这个梦是如何反应的？

O：我知道这是一个梦，但我对此有一种有趣的情感。我想我现在有点儿怕他，我发现我在躲避他。

治疗者：所以你现在不能肯定你对与养父的性关系的想象或恐惧有多少是由于梦，有多少是由于你意识中的想法。

从精神分析的观点来看，这里最主要的困境就是在梦的内容和 O 的意识中的想法之间的混淆。通过进一步的区分，O 开始学会想象正常的父女关系。

治疗者：O，你能否对与父亲的健康关系进行自由联想？

O：（稍微沉默之后）好吧，我希望看到自己和他待在房间里，没有任何性的想法，仅仅是正常的，并因对他的信任而感到快乐。我希望能够拥抱他或被他拥抱，让他吻我的脸而不要拉拉扯扯和想到下流的事情。我猜我现在仍不能摆脱梦中出现的一些事情的影响。

治疗者：看上去你能努力从你的意识中区分出你梦中的表象和幻想，但似乎有什么东西阻碍了你。你能否围绕这种阻碍再进行自由联想？

O：（稍微沉默）我感到某种……介于两种情感之间的痛苦。我有一种再次成为他的小女儿的愿望，渴望被抚摸、被依偎、被宠爱。而另外还有一幅画面，它对我影响也最大，即与他之间有一种更成熟的爱的关系。这看上去……他并不是我真正的父亲，但又有点儿像我的父亲。他好像一个具有我父亲所有特点的男朋友。

在这段对话中，O 用言语表达了她想和一个与父亲有着相同特点的人建立恋爱关系的欲望。在随后的会谈中，她也就能够修正她的幻想，并澄清了小女孩—父亲之间的关系与成年女儿—父亲之间的关系的区别。她同时也能想象正常的两性关系。

精神分析疗法在今天还在普遍地应用着，弗洛伊德等人所创立的谈话疗法是心理治疗方法的主流。焦虑、移情、抗拒以及解释等概念早已被广大心理治疗者所熟知。除经典精神分析治疗以外，阿德勒的心理治疗技术、格式塔疗法以及交互作用分析治疗等都是脱胎于精神分析理论的。这种治疗方法中最独特，也是最有价值的特点就是在移情关系的基础上培养病人的自主性和自我控制能力。

经典精神分析治疗的局限之一就是治疗往往要花费很多经费、精力和时间。这种长期的治疗方式既不适合现代人的生活风格，而且高昂的费用也会使很多人望而却步。另外，也有很多问题不适合通过精神分析来进行治疗。由于精神分析本身在理论上的弱点以及在医疗实践方面的困难，它正受到来自心理学内部和外部越来越多的批评。然而，它毕竟是第一次为理解和治疗心理障碍提供了一种全面的看法，并且直到今天仍有

意义。

弗洛伊德的人格心理学不仅对于变态心理学、人格心理学等学科的发展有重大的理论意义，而且在心理咨询与治疗的临床实践中有重要的使用价值。虽然不少正统的、学院派的心理学家极力反对弗洛伊德的理论与方法体系，但他们也不得不承认弗洛伊德体系对心理学的演变发展有重大的影响。弗洛伊德的理论是心理学史上第一个系统的人格心理学体系，以后的人格心理学体系包括荣格、阿德勒、霍妮，乃至人本主义的人格心理学，不管支持、扩充弗洛伊德理论也好，还是批判、改造弗洛伊德理论也好，都可以看成是对弗洛伊德体系的一种反映。弗洛伊德人格心理学体系是迄今为止最庞大、最复杂、争议最多的体系，对它进行全面与客观的评价是摆在理论家面前的一大难题。我们认为对于弗洛伊德理论体系的评价既不能全盘肯定，又不能全盘否定，而必须坚持唯物辩证的“两点论”，即既要肯定其积极合理的一面，又要否定其消极错误的一面。

弗洛伊德人格心理学体系对于人格心理学发展的积极意义与贡献是多方面的。

首先，弗洛伊德在人格及其变态这个前人所忽视的领域中勇敢探索，进行了开创性的研究，获得了丰硕的成果，建立起现代心理学史上第一个系统的人格心理学体系，其理论的广度与深度堪称后人的楷模。

其次，弗洛伊德提出了许多重大理论问题，对人格心理学的发展起了重大的促进作用。这些重大理论问题包括意识与无意识的关系，人的生物性与社会性的关系，人格的结构，人格的动力，人格的发展阶段与发展的规律，遗传与环境因素对人格发展的作用，人格变态及其根源，人格的冲突与其防御机制，人格特征与人格类型，性心理与人格发展等。在弗洛伊德体系中，有的问题找不到答案，有的问题只有部分答案，甚至是错误的答案。但是，不要以为弗洛伊德体系没有解决好这些理论问题，它就没有任何价值。我们认为一个体系是否有价值，不仅取决于它的正确性，而且取决于它是否能向人们提出进一步思考和研究的问题。到目前为止，还没有一个体系像弗洛伊德体系那样提出如此众多的重大理论问题，激起如此多的争论与思考。为此，美国心理学家 G. 利克把弗洛伊德精神分析看成是 20 世纪心理学发展的“第一动力”。

再次，弗洛伊德体系在人格心理的研究方法上有重要的贡献。弗洛伊德创造了一套与实验心理学方法显著不同的研究方法，如自由联想、梦的分析等，开创了人格心理研究的临床法。临床研究方法在人格研究方面，有其特殊性和一定的优势，它对于实验心理学研究方法是一种重要的补充。

弗洛伊德对人格心理学的发展作出了卓越的贡献，对此我们必须肯定。同时，我们也要看到弗洛伊德体系在某些方面有很大的局限性。

第一，在意识与无意识的关系问题上，弗洛伊德体系过分强调无意识过程，而贬低意识过程。虽然无意识过程是人的精神领域中的一个重要方面，它对人的意识活动会产生重要的作用，但是，不能否认的是，意识才是人的精神生活的最主要方面，意识才是人与动物相区别的最重要的特征。没有意识，人就不成其为人。意识是人在后天生活实践中发展起来的高级心理机能，它是构成人的最本质的东西。我们决不能将无意识当做人的最本质的东西，无意识只是人的精神领域中的一个组成部分，是动物、婴幼儿和某些精神变态者的突出心理特征。

第二，弗洛伊德把人与动物所共有的本能，特别是性本能当成是人的行为与人格发展的根本动力，这种观点过分扩大了本能的作用，而忽略了人特有的各种社会需要，人的发展不仅需要满足其生物性的需要，更重要的是需要满足人的各种精神性的与社会性的需要，如爱与归属，自尊与自我实现等。弗洛伊德把人的一切需要归结为性本能的观点是一种十分偏激的还原论，这将导致把人还原为动物。

第三，弗洛伊德的概念、理论与假设往往是不精确的和缺乏操作性的，因而难以通过实证性的研究来加以验证。

第四，弗洛伊德体系过分依赖有关非常态的或变态心理现象的材料，而忽视了对正常人，特别是健康人的人格心理资料的收集与研究，这使得弗洛伊德理论难以全面揭示人格的本质与规律，导致了弗洛伊德对人的片面的理解，把人看成是不健康或残缺的，正因为如此，后来人本主义心理学家批判弗洛伊德精神分析是“残缺的心理学”。

复习与思考

（一）概念

无意识、前意识、本我、本能、快乐原则、自我、超我、焦虑、防卫机制、压抑、性、力比多、俄狄浦斯情结、自由联想、投射测验

（二）问题

1. 试析精神分析的起源。
2. 如何理解无意识及其作用？
3. 述评弗洛伊德的三因素人格结构说。
4. 述评弗洛伊德人格发展阶段理论。
5. 根据古典精神分析理论阐述精神疾病的形成机制。
6. 在弗洛伊德看来，什么是健康的人格？
7. 精神分析的方法有何特色与局限性？
8. 尝试分析自己所做的一个梦。

第三章　新精神分析



- 人格的概念
- 自卑感与追求优越
- 社会兴趣与生活风格
- 自我与自我心理学
- 同一性与人格终生发展
- 基本焦虑与神经症人格类型
- 孤独感与逃避自由
- 儿童依恋与成人爱情
- 应激及其应对策略

新精神分析是在弗洛伊德古典精神分析的基础上演化出来的一个新的理论流派。20世纪初期，精神分析正在蓬勃发展中，精神分析运动内部就孕育了分裂的萌芽，弗洛伊德早期的追随者与得意门生阿德勒和荣格相继背离了他而自立门户。1911年，阿德勒创立了自己的个体心理学；1914年，荣格建立了自己的分析心理学。在此之后，精神分析又经历了几次分裂，奥托·兰克和弗伦克兹相继背离了弗洛伊德。20世纪30年代，精神分析学派再次分裂，出现了霍妮、弗洛姆和埃里克森等人为代表的美国新精神分析。虽然这些人的理论侧重点有所不同，他们之间也不十分团结，但他们的理论都有一个基本的共同点，即重视自我在人格结构中的作用，强调社会文化因素对人格形成发展的作用。因此，这个学派有时又被称为自我心理学或社会文化学派。本章将着重介绍这个学派中的代表人物阿德勒的个体心理学，哈特曼、埃里克森的自我心理学，以及霍妮和弗洛姆等人的社会文化论。

第一节　个体心理学

个体心理学是由奥地利著名的心理学家和精神病医生阿尔弗莱德·阿德勒（Alfred Adler，1870—1937；见图3－1）创立的。荣格的分析心理学并没有背离弗洛伊德的根本理论原则，而阿德勒的个体心理学在许多方面都是弗洛伊德理论的对立面。如果说荣

格的心理分析是精神分析的量的变化，那么，阿德勒的个体心理学则是精神分析的质的改变。阿德勒是弗洛伊德早期的追随者，与弗洛伊德共同合作创立了维也纳精神分析协会，并任该协会的主席。但他与弗洛伊德存在很大的理论分歧，并于1911年脱离了弗洛伊德，创立了自己的理论体系，即“个体心理学”，成为精神分析学派内部第一个反对弗洛伊德的人。阿德勒的“个体心理学”并非指完全个人的或个别差异的心理学。他所指的个体是一个与社会、与他人不可分割的有机整体，一个有自己独特的目的、寻求人生意义、追求未来理想的和谐整体。阿德勒对心理学的影响是巨大的，尤其是对精神分析向着自我心理学与社会文化论方向的发展起到了非常重要的作用。

一、阿德勒的生平

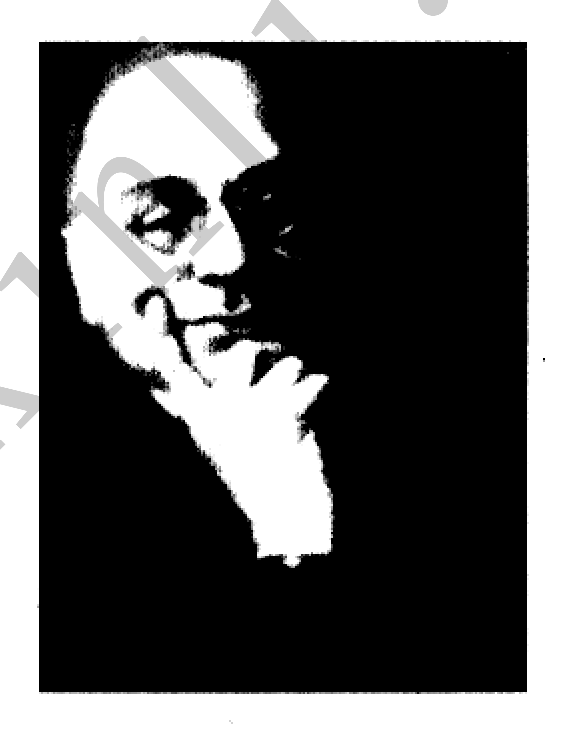


图3－1　阿德勒

阿德勒出生在奥地利维也纳近郊的一个犹太裔谷商家庭。他从小体弱多病，身患佝偻病而身材矮小，5岁时得了肺炎几乎丧命，在街上玩时还两次被车撞。儿时的创伤经历，死亡的恐惧促使阿德勒早年立志要成为一名医生。阿德勒在家里的六个孩子中排行老二，从小羡慕其兄长英俊的相貌。维也纳的文化和宽裕的家庭给了阿德勒良好的教育环境，然而，自进入学校教育起，他就沦为差生，连老师也看不起他。偶然的一次好成绩，让他找到了自信，1888年，他以优异的成绩考入了维也纳医学院；1895年，获得医学博士学位。1899年，他在维也纳开设了他自己的诊所。1902年，他拜读了弗洛伊德《梦的解析》一书后，撰文为弗洛伊德的观点辩护。为此，弗洛伊德邀请他和另外三人一起协商开创“周三精神分析协会”（维也纳精神分析协会的前身），1910年，阿德勒成为该协会的第一任主席和协会杂志《精神分析杂志》的主编。但阿德勒不赞同弗洛伊德的性本能理论，他发表一系列文章公开轻视性因素而强调社会因素，这使弗洛伊德大为不满，终于导致1911年与弗洛伊德分道扬镳。

此后，阿德勒和他的追随者成立了一个“自由精神分析研究协会”，1912年，他把其理论体系称为“个体心理学”，并逐渐形成了一个颇有影响的精神分析学派。同年，他创办了该学派的机关刊物《个体心理学杂志》，并开始把理论的重点应用于儿童的抚养与教育。他和他的学生在维也纳三十多所中学开办了儿童指导诊所，取得了很大的成功，使他声名鹊起。1926年，他访问美国，受到教育界人士的热烈欢迎；1927年，他受聘为哥伦比亚大学教授；1932年，任长岛医学院教授；1934年，定居美国。1937年，在欧洲讲学途中因劳累过度导致心脏病发而病逝于苏格兰，终年67岁。他的主要著作有《论神经症性格》（1912）、《器官缺陷及其心理补偿的研究》（1917）、《个体心理学的实践与理论》（1919）、《生活的科学》（1927）、《理解人类本性》（1929）、《生活对你应有的意义》（1932）、《儿童教育》（1938）等。



二、器官缺陷、自卑感、追求优越与社会兴趣

阿德勒反对弗洛伊德把性本能视为人类行为的根本动力。相反，他的理论是以社会文化为取向的。他把社会的价值观念、人的社会性视为行为的动力，并用“器官缺陷与补偿”、“克服自卑感与追求优越”、“侵犯驱力和男性反抗”、“社会兴趣”等概念来表述人类行为的动力特征。

器官缺陷与补偿。1907 年，阿德勒发表《器官的自卑感及其生理补偿》一文。在文章中，阿德勒认为，个体生来弱小，容易受到各种疾病的伤害，从而留下生理上的缺陷。几乎所有人在生理上或多或少都有缺陷，包括感觉器官、消化器官、呼吸器官、生殖器官、心血管系统与神经系统等的缺陷。这些生理上的伤害给人的身心机能的正常运转及发展造成种种问题，因而有必要给予解决。由于人是一个有机的整体，当其某一器官受损害时，会采取某种手段或方式来加以弥补，以便更好地适应环境。个体补偿的基本途径有两条：第一，集中力量发展功能不足的器官，如体弱者通过加强体育锻炼来增强体质；第二，发展其他的机能来弥补有缺陷的机能，如一个盲人可以通过大力发展听觉、嗅觉和触觉等功能来补偿其视觉上的缺陷。由此可见，器官缺陷具有两方面的作用：一方面为个体的生存发展带来不便，另一方面有可能成为推动个体发展的动力。在某些情况下，有器官缺陷的人不仅可以通过补偿机制克服自身的缺陷，而且可以通过过度补偿，成为一个特别优秀的人。

自卑感。1910 年，阿德勒开始从强调身体器官的生理缺陷转向重视精神上的自卑感，把补偿的机制运用于人的精神的主观领域，从而使其理论摆脱生理学的色彩，而成为真正的心理学理论。

人格的动力是具有普遍性的，但器官的生理缺陷并不具有普遍性，因为多数人并不存在明显的器官缺陷。这些没有明显器官缺陷的人，其人格的动力何在？对于这一问题，经过一番思考，阿德勒找到了一个具有普遍性的心理因素，这就是自卑感。他认为每个人一生下来就带有不同程度的自卑感，因为儿童的生存必须依赖于成人。和成人相比，儿童感到自己的孱弱，从而产生了强烈的自卑感。这种情况不仅发生在弱小儿童的身上，即使是成人，也会通过社会比较产生自卑感。俗话说：“天外有天，人上有人。”因此，自卑感具有普遍性，这种普遍性的自卑感就有可能成为推动我们所有人心灵活动的动力，即人格动力。

自卑感虽然是一种不如他人的消极的、不愉快的感受，但并非完全是消极的。相反，当一个人有强烈的自卑感时，他往往会力图发展自己，做成某些事情，以自身的发展和成功来克服自卑感。这时，自卑感就成为推动人积极向上的动力。当取得成功后，此人的内心有一个相对稳定期，但是，看到别人的成就时，又会感到自卑，从而自卑感再次推动他去努力，以取得更大的成功，如此下去，周而复始，直至终生。当然，自卑感有时也会产生很大的消极作用，强烈的自卑感有时会把一个人压倒，此时，他就自暴自弃，不去努力追求成功。这种无法克服和摆脱的自卑感发展为严重的自卑情结时，此

人的神经症就产生了。如此说来，自卑感人人都有，它可以导致神经症，也可以产生前进的动力。

阿德勒认为，为了克服自卑感，儿童用先天的“侵犯驱力”来寻求补偿，使自己的人格在文化与顺应中得到发展。后来，阿德勒将“侵犯驱力”改为“男性反抗”。他认为，如果儿童顺应或很少反抗，这种自卑感就使人变得女子气，成为生活的弱者。反之，儿童若奋起反抗，这种自卑感便促使人男性化。他认为任何形式的、不受禁令约束的攻击、敏捷、能力、权力，以及勇敢、自由、侵犯和残暴等都是男性气质的表现。人类心灵活动的主要方向实际上就是摆脱女性气质以实现男性化。

追求优越。阿德勒受叔本华唯意志论哲学的影响很深，他认为人的一切行动都受追求优越的向上意志所支配，人类行为的根本动力就是追求优越。一个人有自卑感时，就需要将其克服，而要克服自卑，就必须赶上别人，甚至超越别人，这种赶超别人的努力倾向就是追求优越。进一步说，追求优越既是一个努力的过程，也是一个前进发展的方向与目标，同时也是人格发展的重要动力。追求优越的根源是什么？阿德勒认为，追求优越是先天的、所有人生下来就具有的东西。

追求优越如同自卑感一样，具有双重性：一方面，它可以激励人去追求更大的成就，使人的心理得到积极的成长；另一方面，有的人会因为追求自己个人的优越而忽视社会与他人的需要，从而产生“优越情结”。一个具有优越情结的人狂妄自大、自负自夸、轻视别人、支配别人。这样的人难以与他人相处，最终因缺乏社会支持而导致失败。

社会兴趣。有人批评阿德勒的早期理论，认为它把人基本上看成是自私自利的、只顾追求个人优越的个体。为了应付这种批评，阿德勒提出了社会兴趣的概念。

阿德勒认为，社会兴趣是所有人具有的一种先天需要，一种与他人友好相处、共同建设美好社会的需要。因为人是社会性的动物，人在其生命过程中必须完成职业、结婚、养育子女等社会任务。要完成这些任务，人们之间必须分工合作、相互协作。所以，人生下来就必然具有一种先天的社会兴趣。

社会兴趣概念的提出，是阿德勒对其人格动力理论的一个重要补充。一个人在克服自卑感和追求优越的同时，又被社会兴趣所驱动，两种动力交织在一起，驱使人们实现社会的共同进步和共同幸福。

三、生活风格与创造性自我

阿德勒认为，一个人的人格特征，其心理是否健康，集中体现在他的生活风格上，而生活风格的形成与其早期的社会环境影响和个人经验密切相关。人格的发展不仅与个体自身的先天遗传因素有关，与个体后天环境教育有关，而且与个人创造性自我的作用有关。

生活风格及其类型。在阿德勒看来，每个人追求优越的目标是不同的，个体所处的环境条件也千差万别，从而导致每个人试图获得优越的方法也迥然不同。阿德勒把个人

追求优越目标的方式称为“生活风格”。这是一种标志个体存在的独特方式，是作为一个统一整体的自我在社会生活中寻求表现的独特方式。

在现实生活中，人们的生活风格各式各样，但根据社会兴趣可大致分为两种：一种是正确的和健康的生活风格，一种是错误的和病态的生活风格。具有社会兴趣的人的生活风格是正确的和健康的，而缺乏社会兴趣的人的生活风格是错误的和病态的。一个人如果有美满的爱情生活，非常热爱自己的职业，且有可观的成就，在社会生活中有良好的人际关系，就可以说这个人有丰富的社会兴趣和各种正确的“生活意义”的共同尺度，其生活风格必然是正确的和健康的。反之，如果一个人爱情婚姻很不美满，工作又不尽心尽力，无所作为，在社会上又没有朋友，难以和别人交流，那么，这个人就一定缺乏社会兴趣，其生活风格必然是错误的和病态的。阿德勒指出：“所有失败者——神经症、精神病、罪犯、酗酒者、堕落者、娼妓之所以失败，就是因为他们缺乏从属感和社会兴趣。”①

后来，阿德勒根据人们所具有的社会兴趣的程度，划分出四种类型的人：①统治—支配型：这种人喜欢支配和统治别人；②索取—依赖型：这种人喜欢依赖别人的劳动，向别人索取自己所需要的一切；③回避型：这种人总是回避生活中的各种问题，企图碌碌无为而避免失败；④社会利益型：这种人能正视问题，试图以某种有益于社会的方式来解决问题。阿德勒认为，前三种类型都是错误的生活风格，只有第四种人才具有正确的社会兴趣，有希望过上充实而有意义的生活。

生活风格的形成。产生错误的生活风格的原因何在呢？阿德勒认为是由童年期的三种状态引起的：①器官缺陷。它会引起儿童的生理自卑，有可能导致不健康的自卑情结。②溺爱或娇纵。儿童成为家庭的中心，他的每一需要都必须得到满足，长大后则容易成为缺乏社会兴趣、自私自利的人。③受忽视或遗弃。这种儿童感到自己毫无价值，变得对社会和他人极端冷漠、仇视，对所有的人都不相信。因此，阿德勒大声疾呼，为了避免儿童产生错误的生活风格，应加强对儿童的早期教育，从增加儿童的社会兴趣入手，使他们获得正确的生活意义。

阿德勒认为，儿童在四五岁时就已形成了他的生活风格。它是以“原型”的方式无意识地表现出来的，儿童自己是意识不到的。原型的内容包括人生的目标和实现目标的策略等。至于儿童形成的是什么样的生活风格，则要取决于他的生活条件和家庭及社会环境。如果儿童体验到某种自卑感，那么他对这种自卑感的补偿就是他的生活风格。如果他把某人作为自己的榜样，或把某种现象作为自己的追求目标，那么他的生活风格就会在这种追求中得到发展。因此，尽管人们生存的世界是相同的，但由于每个人生存的具体环境各异，便形成了每个人各自不同的生活风格，形成了各具特色的人。

理解生活风格的途径。要理解个体的生活风格，就要理解独特的自我。阿德勒认为，个体心理学的任务就是分析人的生活风格，理解独特的个体，以便更好地把握个体的未来，为儿童教育提供理论依据。他概括了理解生活风格的三种途径。

---

① 阿德勒．自卑与超越．黄光国译．台北：志文出版社，1984．11